

Expliciter 134

Explicitation et émotions

Frédéric Borde

Béatrice Cahour

A. Introduction (F. Borde¹)

Parmi les questions posées à propos de la conduite d'un entretien d'explicitation (EdE), telle que préconisée par Pierre Vermersch, celle qui demande comment B est invité à se comporter vis-à-vis de l'émotion de A² est récurrente. En tant que formateur, j'observe qu'il est rare qu'un stagiaire n'aborde pas ce thème dès le premier jour, et si ce n'est pas le cas, c'est moi-même qui précise le statut de l'émotion dans l'apport intitulé « les domaines de verbalisation », comme il se doit. Le thème de l'émotion est aussi présent lors des discussions du séminaire du GREX2, souvent autour des travaux de Nadine Faingold qui, depuis longtemps, lui donnent une place importante.

Le but de cet article est de répondre à cette question, de proposer un repère, en tâchant d'établir le plus fidèlement possible le propos de P. Vermersch sur ce problème. Mon intention n'est pas d'imposer une norme qui aurait le statut d'une obligation (le voudrais-je...), mais de clarifier son point de vue, afin que chacun et chacune puisse agir en toute connaissance de cause. P. Vermersch, me semble-t-il, ne cherchait pas autre chose. Il n'était pas du tout adepte des règlements et autres cadres fixés une fois pour toute. Il envisageait la créativité de façon provocatrice et ne s'est jamais interdit d'emprunter et d'adapter les autres approches qu'il jugeait intéressantes, mais toujours (strictement) en regard de principes éthiques (respect des limites de la personne) et déontologiques (respect du cadre professionnel). C'est là, me semble-t-il, l'acte d'intelligence et de probité que tout le monde est en droit d'attendre de chaque usager de l'entretien d'explicitation. Et en ce qui concerne la disposition que B observe quant à l'émotion de A, il m'a toujours semblé que P. Vermersch l'envisageait en tant que point de vigilance particulier.

Or, sauf erreur de ma part, il n'a pas écrit d'article traitant spécifiquement de ce thème. Pour ce texte, qui souhaite combler ce qui m'apparaît comme un manque en devenant une référence consultable sur cette question, je choisis de me référer à deux sources : le livre « manuel » de 1994, *L'Entretien d'explicitation*, et une transcription d'un dialogue, lors du

¹ Président du GREX2, formateur indépendant à l'entretien d'explicitation.

² Dans le cadre de l'entretien d'explicitation (du moins au GREX2), nous nommons l'interviewé par la lettre A et l'intervieweur par la lettre B.

stage focusing de 2015³, entre P. Vermersch et Béatrice Cahour⁴, à qui j'ai proposé d'intervenir dans cet article pour préciser son point de vue. J'ai aussi invité Nadine Faingold à réagir aux propos de P. Vermersch, ses deux textes suivent cet article.

B. Point de vue de Pierre Vermersch, par F. Borde

1. Eléments présents dans *L'Entretien d'explicitation*

Dans son livre de 1994, P. Vermersch aborde le thème de l'émotion dans le cadre de ce qu'il nomme « les domaines de verbalisation »⁵. Par cette idée de « domaines », il s'agit pour lui, non-pas de donner une *théorie* de ce que le sujet questionné est à même de verbaliser de son vécu, mais de fournir un guide heuristique permettant au professionnel de distinguer les directions possibles pour son questionnement, afin de le mener en cohérence avec ses objectifs professionnels. Le chapitre organise ces domaines en trois groupes d'activités de verbalisation : descriptive, conceptuelle et imaginaire. Le groupe descriptif est le premier à faire l'objet d'une explication, et au sein de ce groupe, c'est l'émotion qui est d'abord envisagée. Est-ce parce que l'auteur envisage l'émotion comme étant l'objet de verbalisation le plus prépondérant qu'il le mentionne en premier ? Il est important de relever que le paragraphe est intitulé « La verbalisation du vécu émotionnel, C. Rogers » pour comprendre que cette primauté est en fait donnée à l'entretien non-directif : c'est parce qu'il est « le plus connu » que P. Vermersch tient à délimiter son périmètre et positionner l'entretien d'explicitation par contraste.

Le paragraphe établit ce contraste entre l'approche de l'explicitation et celle de Rogers à partir de deux exemples :

- Si un élève dit « J'ai appliqué cette règle, comme ça je ne risquais pas grand-chose. », une question propre à l'explicitation pourra être « Et quand tu appliques cette règle, qu'est-ce que tu fais ? », alors qu'une question (reformulation) rogérienne possible portera sur le second segment de l'énoncé : « Si je comprends bien, tu veux dire que tu ne souhaitais pas prendre de risque ? ».

- Si un formateur dit « J'ai proposé un exercice, ça n'a pas marché du tout avec ces stagiaires ! », l'explicitation pourra trouver deux directions de questionnement : son critère ou bien son action, alors qu'un questionnement rogérien pourra demander « Qu'est-ce que cela te fait que ça n'ait pas marché ? ».

Et P. Vermersch de souligner : « Savoir comment la personne se sent touchée par ce qu'elle évalue subjectivement comme un gros échec pour elle, l'accompagner dans la prise de conscience de ce que cela met en cause dans son identité ou sa motivation peut être tout à fait judicieux pour la régulation de la personne dans son activité professionnelle. Si je la questionne en explicitation de son action, je ne la ferai pas travailler sur cet aspect particulier. »⁶ Le contraste est ainsi posé, mais qu'en est-il de l'émotion ?

³ Au passage, je remarque que dans son compte-rendu de l'université d'été de 2010 (Expliciter n° 86, p. 31), Maryse Maurel mentionne que la question suivante a été posée par l'un des participants : « Que fait-on de l'émotion quand on travaille dans le GREX ? ». Une transcription de l'échange qui a pu avoir lieu à ce moment constituerait une autre source de documentation (je n'en possède pas l'enregistrement).

⁴ Chercheuse CNRS, UMR i3, Psychologie Ergonomique et formatrice à l'EdE certifiée par le GREX.

⁵ P. Vermersch, *L'entretien d'explicitation*, ESF, 1994, p. 34

⁶ *Ibid.* p. 37

Avant de donner ces deux exemples, P. Vermersch avait rapidement défini l'approche rogérienne : « Il est clair que dans le cadre qu'il a développé, l'authenticité de la personne est recherchée, dans le sens où elle puisse reconnaître progressivement la vraie nature de ses sentiments vécus, et qu'elle les formule d'une manière juste pour elle. »⁷ L'intention est sans doute de relever que dans ce cadre, les critères d'authenticité, de nature vraie et de justesse tiennent au lien établi avec le *sentiment* vécu. Mais c'est dans la suite que le terme « émotion » apparaît : « La technique est centrée sur la personne, ce qui veut dire sur l'implication personnelle et donc la dimension émotionnelle du vécu (...) ». Et sur le mot « émotionnelle », P. Vermersch renvoie à une note en bas de page. Etant donné notre sujet, nous devons la citer entièrement, car une frontière y est tracée : « Je parle ici de verbalisation de l'émotion et non-pas de techniques émotionnelles. En effet, dans d'autres contextes d'intervention (groupes de thérapie, par exemple), il existe aussi des techniques qui ont pour but d'aider les participants à recontacter leurs émotions et à les exprimer (cris, sanglots, coups sur des matelas), quitte à pouvoir, dans un second temps, les mettre en mots pour les intégrer. Nous ne sommes pas dans ce cadre. »⁸

Il est remarquable que P. Vermersch semble ici tracer une autre frontière, non-pas entre l'approche rogérienne et la sienne, mais entre deux cadres : celui de l'accompagnement professionnel (depuis le début du livre, il situe sa proposition dans le contexte de l'enseignement et de la formation) et celui de la psychothérapie. Il faut donc souligner que, bien que Rogers soit reconnu comme un (grand) psychothérapeute, le propos de P. Vermersch envisage l'entretien non directif dans un cadre non-thérapeutique, *dans lequel le questionnement centré sur la personne, et donc sur l'émotion, a toute sa pertinence, en complément de l'entretien d'explicitation*. Autrement dit, les deux outils sont distincts, mais sont tous deux disponibles pour le même professionnel : enseignant, formateur, éducateur animateur⁹. La fin du paragraphe le confirme : « Les deux buts (action ou émotion) sont intéressants. En choisir un plutôt que l'autre, en mettant en œuvre les moyens correspondants, n'est pas choisir une technique au détriment d'une autre. C'est choisir la direction de travail qui, ce jour-là, est la plus appropriée à la résolution du problème qui se pose. Il me paraît important que le formateur ou l'enseignant, qui est à l'écoute, sache dans quel domaine il choisit de travailler et qu'il soit cohérent avec ses buts. »¹⁰

La lecture attentive de ce paragraphe nous apprend donc ceci : en 1994, P. Vermersch trouve normal qu'un professionnel non-thérapeute questionne les émotions tout comme l'action, sachant qu'il ne questionnera pas l'émotion avec l'entretien d'explicitation, mais à l'aide de l'entretien non-directif de Rogers. Le critère suggéré est celui de l'adéquation : tel outil est adapté à tel objet, et il semble que chacun puisse s'y retrouver simplement, puisque la situation dans laquelle l'EdE serait utilisé pour questionner l'émotion n'est pas envisagée, laissant implicitement penser que cela ne *pourrait pas marcher*. Par ailleurs, la distinction technique introduite dans la note en bas de page donne à penser que dans le domaine de l'accompagnement professionnel, le questionnement de l'émotion ne présente pas grand risque puisqu'il s'agit « seulement » de verbalisation, alors que, dans la pratique thérapeutique des « techniques émotionnelles », l'éveil des émotions semble devoir nécessiter des mobilisations nettement plus corporelles, vis-à-vis desquelles la verbalisation ne prend place que dans un second temps, à des fins d'intégration. Ce qui revient à dire que l'accompagnement à la verbalisation de

⁷ *Ibid.* p. 36

⁸ *Ibidem*

⁹ *Ibid.*, p. 17

¹⁰ *Ibid.* p. 38

l'émotion vécue ne présente pas de risque de débordements, l'éveil des émotions par des questions n'étant que de faible intensité. B doit seulement veiller à ne pas mélanger ses outils.

Il est utile de rappeler qu'en 1994, lorsqu'il écrit ceci, P. Vermersch n'est pas loin de sa pratique de psychothérapeute (terminée à la fin des années 80), et l'on peut comprendre qu'à ses yeux, les champs d'interventions ici comparés soient parfaitement contrastés. Il se trouve certainement dans l'idée que « faire sortir l'émotion » est plutôt difficile (encourager une personne à taper un coussin avec une raquette de tennis jusqu'à l'émotion forte peut prendre longtemps), et ne semble pas envisager qu'une *question* sur l'émotion vécue puisse suffire à emmener loin le client dans ses problématiques. C'est donc aussi ce que cette lecture ne nous apprend pas : que se passerait-il si B se trompait d'outil et questionnait l'émotion avec l'entretien d'explicitation, alors que A serait très absorbé en évocation ? Cette interrogation ne semble pas alors pertinente et, sauf erreur de ma part, ne se trouve posée nulle part ailleurs dans le livre. Le terme « émotion » n'apparaît pas non-plus dans le glossaire ajouté dans l'édition de 2003.

2. Échanges durant le stage Focusing de 2015

Comme nous le savons, durant la période qui a suivi la publication de son premier livre, P. Vermersch s'est efforcé de faire la théorie de l'EdE (comment se fait-il qu'il fonctionne ?) et d'en affiner les moyens (comment peut-il mieux fonctionner et augmenter sa portée ?). Dans cette seconde perspective, il s'est, entre autres, intéressé au focusing, qui est une approche développée par E. Gendlin, lui-même thérapeute formé par C. Rogers. Le focusing est un dispositif d'accompagnement instaurant un dialogue entre le sens verbal et le sens corporel dans un but de création d'une réponse nouvelle à une question posée par le client, mode créatif que P. Vermersch a choisi de nommer « reflètement », pour le distinguer du « réfléchissement » propre à l'EdE¹¹. En avril 2015, j'ai participé à un stage de formation dans lequel P. Vermersch proposait d'une part d'apprendre l'accompagnement avec les outils du focusing, et d'autre part d'intégrer cette pratique dans celle de l'EdE. Pour le dire en un mot, cette intégration concernait plutôt la posture de B, devant lui permettre d'écouter la résonance en lui des réponses de A et de la prendre en compte pour concevoir sa prochaine relance, et donc quelle direction il pouvait donner à l'entretien en cours.

Lors de ce stage, deux échanges entre P. Vermersch et B. Cahour se sont déroulés à propos de notre question. On pourrait, bien sûr, se demander si leur contenu, échangé dans le contexte du focusing, est bien valable pour ce qui concerne l'EdE. Je précise donc que, d'une part, P. Vermersch, durant cet échange, indique que son point de vue est également valable pour la conduite de l'EdE, mais d'autre part qu'il s'agit de l'enregistrement du propos que je l'ai toujours entendu, durant ses stages de formation à l'EdE, tenir sur ce problème.

En voici la transcription complète.

P. : Pierre Vermersch,

B. : Béatrice Cahour,

F. et C. : deux autres stagiaires

¹¹ Pour de plus amples explications qui ne peuvent trouver leur place ici, le lecteur peut se reporter aux n° 74, 76, 78 et 79 d'*Explicititer*, pour des articles de P. Vermersch, M. Maurel et A. Balas-Chanel traitant du focusing.

Jour 2

P. : Tu veux dire ce que tu as vécu, Béatrice, en tant que B ?

B. : Oui... c'était assez fluide... ça aide pas mal, je pense : on se connaît, il y a de la confiance...

F. : Oui...

B. : On n'a pas de témoin qui nous...

F. : Voilà... on a pu aller sur des questions assez perso...

P. : Oui, bien sûr... superbe...

F. : Et alors, juste, peut-être... moi, en tant que B, ce qui était compliqué pour moi, à ce moment-là, c'est que, à un moment donné, Béatrice a localisé un ressenti etc. Et puis tout de suite, en même temps, il y a eu une émotion qui est arrivée et je me suis dit « Ouh là ! mais... qu'est-ce que je traite ? Est-ce que je les traite ensemble ? », vu que cette émotion elle arrive, là... est-ce que j'ai intérêt à d'abord travailler avec cette émotion-là pour voir s'il y a un ressenti corporel sur cette émotion ?

P. : Tu pars sur tout-à-fait autre chose, là... tu pars sur d'autres techniques. Si tu commences à travailler avec l'émotion, tu pars sur d'autres techniques, vraiment.

F. : Oui, d'accord...

P. : Parce qu'il y a tellement de façons de... quand l'émotion est là tu peux la mettre au travail et elle est un guide pour beaucoup de choses, mais alors, à ce moment-là, ça va aller vers d'autres... on sort complètement de la technique dans laquelle on est (le focusing ici).

B. : Ou alors, on peut la traiter comme (un sens corporel)... puisque l'émotion a une manifestation corporelle...

P. : Oui, mais il y a le risque de l'amplifier.

B. : Ensuite, il y a quelque-chose qui part de l'émotion, mais tu peux dire, « voilà, il y a des larmes qui viennent aux yeux », mais derrière quelle est l'émotion ?

P. : Tu as raison, bien sûr, mais... quand la parole commence à se faire sur l'émotion, le risque principal, c'est d'amplifier cette émotion, et de faire venir toute l'émotion que contient cette émotion. Et là tu pars dans autre chose.

B. : Là ça n'a pas été le cas... il y avait une émotion associée à du corporel, mais après... il y a un autre (ressenti) corporel qui vient...

P. : D'accord !

F. : Mais disons... oui, je me suis posé la question, j'étais un peu en panique, quoi... « Qu'est-ce que je fais avec ça ? »... Voilà...

B. : Moi, je me suis sentie très (bien)... voilà.

P. : Et puis surtout, quand il y a de l'émotion avec quelqu'un qui a déjà travaillé sur lui-même, c'est pas problématique, parce que quand on a travaillé sur soi-même, d'une manière ou d'une autre, on dit « Ah tiens, il y a une émotion forte qui vient, elle est là », je l'accueille, je la goûte. Mais quand on n'a pas fait ce travail, on est vite emporté.

C. : En tant que B, qu'est-ce qu'on fait alors ?

P. : Tu ne t'occupes pas de l'émotion. Tu t'occupes de la question, et s'il y a un sens corporel, tu fais décrire, mais s'il y a une émotion très forte, tu dis « Oh oui, en même temps ça te touche... », ok... mais tu ne fais pas travailler l'émotion. Si tu fais travailler l'émotion tu vas ailleurs, et il faut savoir si tu sais accompagner et si c'est le cadre.

B. : Parce que, après, finalement, cette émotion, elle peut être traitée comme... voilà (inaudible), ensuite il y a des larmes, A n'y mettait pas de sens, et finalement, après, à ces larmes on va associer du sens qui est l'émotion qu'on va nommer quoi... c'est de la tristesse, ou c'est de la peine ou c'est autre chose... je mettrais ça dans le *sens*.

P. : Oui... faut voir... faut entrer dans le détail, là, parce que sinon on échange des généralités. Disons que quand il y a de l'émotion, il faut être prudent. Sauf si on est dans un cadre où il n'y a pas de problème.

B. : En même temps, il ne faut pas avoir peur... enfin... il y a à constater : « donc là... y a ça, puis y a aussi ça... ».

P. : C'est vrai, oui... mais parce que t'es cool avec ça, toi. Il n'y a qu'à voir la façon dont tu en parles. A mon avis, tu as déjà rencontré ce que c'est qu'une émotion, et tu as déjà travaillé là-dessus...

B. : Mhmh (elle confirme).

P. : C'est comme tout à l'heure, moi j'étais vraiment ému quand j'ai dit « Montpellier », en quelque sorte, si tu m'encourageais dans l'émotion, je partais dans les larmes et dans l'émotion, mais si tu ne m'encourages pas, bon... c'est quoi le sens corporel et le ressenti qui est avec ça ? Ce que l'émotion montre, c'est qu'il y a une charge dedans, mais je ne vais pas aller chercher la charge. Alors qu'il y a des techniques thérapeutiques où, au contraire : « Il y a une charge ! Ouah ! Quelle chance ! On va travailler avec la charge, ouais ! » (Rires) Ben oui, parce que là, tu es sûr d'aller vers l'histoire de la personne, vers des choses qui, vraiment, vont l'impliquer et passer des résistances – parce que l'émotion va servir à dépasser des résistance, bien sûr – alors que justement, ce qui est subtil avec (le focusing)... et ce qui est intéressant à utiliser dans un contexte non-thérapeutique, mais pour aider quelqu'un avec le focusing, c'est que tu flirtes avec des choses qui, si tu les prenais sur un autre mode, ben t'aurais un client sur les bras et après faut savoir quoi faire avec... il faut savoir comment l'accompagner. Tandis que là, c'est comme si tu « Ouhop »... (rires)... « Ouhop », hein ? Euh, j'ai pas besoin de développer ?

(fin de l'échange)

Jour 4

F. : (...) J'ai bien senti, dans les ressentis corporels, qu'à un moment donné, toutes les sensations ici peuvent se redéplier comme un accordéon, ou s'écraser... mais ce qui peut être le moteur de ces mouvements, en fait, c'est quand même le plaisir, aussi. C'est pour ça que j'ai un peu... c'est des émotions qui ne sont pas complexes, ça peut être le plaisir, la peur... mais qui à un moment peuvent être premières... enfin « premières » ... être le moteur du mouvement, du ressenti corporel, donc c'est pour ça que j'ai vraiment un peu de mal à me dire qu'on coupe des tranches...

P. : Oui ?

F. : Et qu'on devrait avoir une unité un peu plus englobante entre le ressenti corporel et l'émotion...

P. : Ça dépend de ce que tu vas faire avec ça... bien sûr qu'il y a une émotion, bien sûr qu'il y a une valence ou une couleur émotionnelle, etc. Mais on cherche le sens et surtout on ne cherche pas à travailler avec l'émotion. S'il y a une dimension de plaisir, tu peux la nommer, bien sûr. Mais, pour le moment, l'idée qu'on suit, c'est d'écouter le ressenti corporel, sans nier l'émotion, mais sans travailler avec l'émotion. Pour moi, avec toutes les techniques que je connais au niveau thérapeutique... travailler avec l'émotion, je veux dire... je vois bien, dans ce que j'ai rencontré quand j'ai dit « Montpellier » : il y a une possibilité de travailler à partir de l'émotion, avec l'émotion, d'amplifier cette émotion, de chercher le sens de cette émotion, mais qui va tout-à-fait dans une autre manière de travailler, qui ne produira peut-être pas du tout les mêmes effets. Donc, pour le moment, ce qu'on fait, c'est... en quelque sorte on travaille principalement sur le ressenti émotionnel... sur le ressenti corporel, pardon... (rires) gros lapsus... le ressenti corporel... mais : explore, pourquoi pas ? Moi, ce qui m'a paru fort, quand j'ai découvert cette technique (le focusing), c'est justement la possibilité de *ne pas* travailler avec l'émotion. Alors que ça faisait dix ans que je pratiquais, que j'étais formé à travailler avec l'émotion, et qu'une séance dans laquelle il n'y a pas d'émotion, il y a vraiment un risque que l'on ne contacte rien d'important. Et pour surmonter les difficultés, les résistances, les peurs, je ne connaissais qu'un moyen, c'était aller vers une forme de paroxysme d'émotion qui était le moyen de dépasser la résistance. Et ça, j'ai beaucoup pratiqué. Mais en même temps, tu entraînes la personne dans quelque-chose au moins à moyen terme : après une séance comme ça, la personne a besoin d'une autre séance... il y a quelque-chose qui est à digérer quand vraiment tu as... voilà. Et là (dans le focusing), quelque-part, il y avait un accès au sens qui était beaucoup plus léger et puis au fur et à mesure que je m'en suis servi, j'ai constaté qu'il était très efficace, qu'il était porteur de réponses rapides et fortes, et du coup, je le vois comme quelque-chose qui peut s'introduire dans les pratiques professionnelles facilement, tu vois ? Donc moi, je ne veux pas nier la présence d'une émotion mais, en particulier avec les émotions négatives... le problème – c'est comme avec l'entretien d'explicitation – le problème c'est les émotions négatives : tu commences un debriefing et tu as quelqu'un qui dit « Oui, mais j'étais vraiment pas bien... », des trucs comme ça, Oupoupoup ! Qu'est-ce que tu vas faire si tu lui fais sortir vraiment son « pas bien » ? Qu'est-ce que tu vas faire avec ça ? Et pour le moment tu n'es toujours pas informé de savoir si son « pas bien » est fondé sur des choses qui se sont mal passées. Et puis la plupart des gens que je forme ne sont pas du tout préparés à accueillir l'émotion, et encore moins les émotions négatives... et est-ce que ça fait partie du contrat ? Donc voilà un peu ma perspective, mais après... l'émotion est là, bien sûr, mais sur quoi tu travailles ? Pourquoi faire ? En fait c'est la question.

B. : Et en même temps il y a un risque que, du coup, l'émotion devienne tabou.

P. : Il y a un risque.

B. : Parce que l'émotion, on n'est pas obligé de rentrer dedans, mais elle peut se verbaliser tout simplement...

P. : Bien sûr.

B. : ... dans le contexte, il y avait une émotion... on constate : « bon, soit, et qu'est-ce qu'il y avait d'autre ? » ... enfin, tu vois ?

P. : Bien sûr.

B. : Et là, ce que je crains c'est qu'il y ait un... « Attention, l'émotion, c'est dangereux... »

P. : Oui, mais moi, par rapport à ça, ce que je dis, c'est : corroborez l'émotion. Quand la personne est touchée, en entretien d'explicitation, vous ne *travaillez* pas avec l'émotion, vous *êtes témoins* de cette émotion : « Je vois que ça vous touche, prenez un moment ». Ça, c'est dans les pratiques professionnelles. Après, il y a le cas de la recherche. Dans la recherche, il y a des objets de recherche où on a absolument besoin, c'est fondamental, d'avoir l'émotion. Tu prends un sportif de haut niveau, par exemple je pense au thème d'Éric qui a travaillé avec des tireurs, le rapport avec l'émotion y est absolument fondamental : tu n'es pas un tireur de haut niveau sans avoir appris à développer un contrôle, une perception de l'émotion. Si tu fais une recherche sur les métiers de la relation, tu vas... il y a plein de cas où en fait, dans le cadre de la recherche, tu as besoin de t'informer aussi de l'émotion.

B. : Mais même professionnellement, les métiers de la relation, les gens...

P. : Attention aux émotions négatives !

B. : Oui, « Attention ! », mais après, le truc : « ah lala, on n'y touche pas du tout ! »...

P. : Oui, mais tu vois... si tu dis « une crête » ... tu peux toujours avoir la crête de quelque-chose, mais euh...

B. : La personne dit : « Voilà, moi j'avais peur de ça... », ok... et tu vois, sans rentrer dedans, sans demander : « Alors la peur, elle était comment ? ».

P. : Mais c'est exactement ce que je dis : « sans entrer dedans ».

B. : Mais on peut quand même questionner : « Là est-ce qu'il y avait une valence ? » et puis on passe dessus...

P. : Après, chacun vous faites ce que vous voulez.

B. : ... c'est informatif.

P. : Ecoute, vraiment, fais comme tu veux... mais je ne te suis pas, là. Mais n'oublie pas que tu es formée. N'oublie pas les tics de formation que tu as, n'oublie pas que tu peux accueillir facilement, n'oublie pas que tu es dans une disposition d'esprit où, comme dans ma propre formation, même s'il y avait un débordement émotionnel, ça ne me fait pas peur, j'ai travaillé avec ça, je sais accueillir. Tu sais faire ça aussi. Mais il ne faut pas encourager les gens qui n'ont pas cette... qui n'ont pas travaillé sur leurs propres émotions à aller chercher cette chose-là, parce que qu'est-ce qu'ils vont faire ? Il y a quand même des horizons, autour, hein ?

B. : Oui, oui mais moi je les laisse aller là-dessus quand c'est des situations d'usage... quand ils travaillent sur l'attention dans la conduite automobile... il peut y avoir des peurs qui ne vont pas toucher des choses essentielles... et donc ça se passe bien...

P. : Oui... mais je ne suis pas contre.

B. : Parce que les grosses émotions qui débordent, c'est quand même rare, et puis ça dépend du contexte dans lequel tu travailles. Peut-être, sur la relation d'aide, tu as des choses plus... mais sinon c'est des choses assez anodines... enfin, c'est pas du lourd.

P. : Oui, mais après, la discussion de fond, c'est « de quoi ça va t'informer ? », qu'est-ce que tu cherches comme information ? Quand tu es en analyse de pratique, que les choses viennent spontanément, c'est autre chose que quand tu es dans un dispositif d'enquête, par exemple. Et la question qui se pose, dès que tu es dans la recherche, enquête etc., c'est : quelle est l'information qui t'intéresse et pourquoi faire. Alors que quand tu es dans des pratiques professionnelles d'accompagnement, il y a d'autres questions qui se posent : il y a une émotion

qui se dit, mais pour le moment, je ne sais toujours pas ce que la personne fait, alors hop (je la ramène vers l'action)... après, il faut discuter des pratiques mises en contexte, hein ?

(Fin de l'échange)

2.1 Synthèse du point de vue de P. Vermersch dans ces deux échanges

Il me semble d'abord que le premier échange présente une différence importante avec le contenu du chapitre de 1994 : « Quand la parole commence à se faire sur l'émotion, le risque principal, c'est d'amplifier cette émotion, et de faire venir toute l'émotion que contient cette émotion. » P. Vermersch ne trace plus une frontière aussi nette entre les pratiques, puisqu'il affirme maintenant que la seule verbalisation est susceptible de déclencher l'émotion.

Il ne développe pas sa définition de l'émotion elle-même, mais il laisse entendre que celle-ci présente deux traits : un aspect *actuel* (celui qui est présent durant l'entretien) qui peut être associé, par l'amplification que produiraient des questions de B, à une émotion *potentielle*, plus profonde, qui est la « charge ». Et si cette charge venait à s'actualiser, la problématique mise au jour devrait faire l'objet d'un suivi compétent.

A partir de ce constat se présentent plusieurs situations qui combinent les différentes dispositions, ou compétences, de A et de B, mais aussi le cadre professionnel dans lequel prend place la relation.

Tout d'abord, le point de référence de P. Vermersch est manifestement le cadre de la psychothérapie. C'est sur lui qu'il fonde sa conception de ce qu'est le « travail avec les émotions ». Dans ce cadre, on retrouve l'image de 1994, avec un ajout : le thérapeute amplifie l'émotion de manière « paroxystique » quand il doit dépasser les « résistances » du patient à s'impliquer dans le processus. La prise en compte du phénomène de résistance est peut-être ce qui change son propos : pense-t-il maintenant qu'une question amenant à verbaliser l'émotion suffirait à emmener trop loin, dans son « histoire personnelle », une personne qui ne présenterait *aucune résistance* ? Il ne le précise pas.

P. Vermersch appuie aussi son propos sur la « compétence » que permet de construire un parcours psychothérapeutique, aussi bien du côté du praticien que de celui du client : savoir accueillir les émotions. Si le travail avec l'émotion appartient en propre au cadre thérapeutique, on peut concevoir une certaine gradualité dans le domaine des « pratiques professionnelles » (dont les frontières ne sont pas clairement établies). Ce qui fait varier, c'est l'expérience de A et de B : ont-ils travaillé sur leurs propres émotions ? Ont-ils été *aguerris* par une expérience thérapeutique ? Sont-ils habitués à l'accueillir ? Sinon, ils risquent tous deux d'être « emportés » et de sortir du cadre établi lors du contrat.

Il est sans doute utile de préciser ici que P. Vermersch distinguait¹² ainsi le contrat thérapeutique de celui d'un accompagnement professionnel : dans le contrat thérapeutique, le praticien ne peut que répondre à une demande (sauf cadre judiciaire) pour un travail personnel, alors que le contrat d'accompagnement professionnel peut être communément prescrit et porte, comme l'indique son nom, sur la dimension professionnelle, c'est-à-dire non privée.

¹² Je n'ai malheureusement pas de référence à citer pour ce propos oral, et je signale que la notion de contractualisation spécifique à l'EdE, le « contrat d'attelage » demanderait à faire l'objet d'un article de clarification équivalent à celui-ci.

Pourtant, alors que le travail d'E. Gendlin se situe dans la lignée de C. Rogers – ce qui indique une provenance thérapeutique du focusing – il est notable que P. Vermersch place cette démarche au même niveau que l'entretien d'explicitation : il les voit tous deux comme des moyens de « ne pas » travailler avec l'émotion. Cela signifie qu'il opère, au moins sur un plan expérientiel, une distinction nette entre « ressenti corporel » et « ressenti émotionnel » (quitte à faire un lapsus). Même si l'émotion est présente et reconnue comme telle, elle constitue une direction de travail (lourde et au moyen/long cours) bien différente du travail avec le sens corporel, qu'il qualifie de « fort », bien que « léger » et « rapide ».

Se présente aussi le cas de la recherche, qui devient un cadre *légitime* quand le projet, l'objet de l'entretien justifie, ou même impose de prendre de l'information sur l'émotion... mais « sans entrer dedans ».

3. Conclusion

Il n'est pas aisé de formuler une préconisation ferme issue de ces échanges, car beaucoup de facteurs entrent en ligne de compte. Il faut pourtant identifier ce point : dans tous les cas, pour P. Vermersch, il ne faut pas, hors cadre thérapeutique, questionner les émotions négatives. Ici, « questionner » signifie « travailler avec », « entrer dedans ».

Concernant les émotions négatives – légères – seulement constatées, nécessaires à documenter, ou bien encore les émotions positives, tout en prônant une grande prudence, il renvoie chacun à sa responsabilité professionnelle.

Plus globalement, cette recension des arguments montre que, de 1994 à 2015, la conception de l'émotion à laquelle se réfère P. Vermersch est la même. Sur un plan théorique, elle n'est envisagée (sans développements) que depuis un point de vue psychologique clinique, et non pas dans sa dimension cognitive, dans ses relations à l'action par exemple – relations qui ont fait, depuis quelques décennies, l'objet de nombreux travaux, comme l'indiquera B. Cahour. Ainsi, l'approche énoncée dans ses arguments peut apparaître trop réductrice. Pour cette raison, il me semble important de redire que son point de vue sur l'émotion n'a pas ici de valeur théorique, mais une valeur exclusivement déontologique : eu égard à son potentiel, l'émotion doit être un point de vigilance particulier pour les professionnels de la relation.

C. Point de vue complémentaire de B. Cahour

Tout d'abord je tiens à remercier chaleureusement Frédéric Borde de m'inviter à dialoguer avec lui sur cette question des émotions dans la pratique de l'entretien d'explicitation, et d'ouvrir ainsi l'enseignement de Pierre à la discussion.

La question des émotions dans l'activité m'intéresse depuis de nombreuses années, mon document d'Habilitation à Diriger les Recherches en 2012 s'intitulait d'ailleurs « Les émotions vécues, constitutives de l'activité. Cas des interactions de travail et des usages situés ». Par ailleurs l'entretien d'explicitation est mon outil de recherche favori depuis 25 ans. Je me sens donc très concernée par le sujet et suis heureuse que nos bribes d'échanges sur la question depuis quelques années avec Frédéric, aboutissent à cette mise à plat.

Avant de développer ma position sur la question explicitation/émotions je vais commencer, comme suggéré par Frédéric, avec quelques notions théoriques sur l'émotion « au sens large ». Je reprendrai la définition de Cosnier (1994, p.14) qui inclut sous ce terme « tous

les événements ou états du champ affectif qui se caractérisent par un ensemble d'éprouvés psychiques spécifiques accompagnés, de façon variable en intensité et en qualité, de manifestations physiologiques et comportementales ». Dans le domaine de la psychologie des émotions (je reprendrai ici en grande partie mon article de 2013, référencé ci-après), les auteurs s'accordent en effet pour considérer que les états émotionnels sont constitués de plusieurs composantes :

- (Composante 1) un *éprouvé subjectif* que le sujet peut verbaliser plus ou moins facilement, et qui correspond à la conscience qu'il a de ce qu'il ressent. Les méthodes utilisées pour le documenter sont principalement des questionnaires ou des entretiens.

- (Composante 2) des *réactions physiologiques* qui entraînent par exemple une accélération cardiaque, une sudation, un échauffement de la peau, des maux de ventre, et des zones d'activation cérébrale différenciées. Ces réactions physiologiques sont mesurables à partir des états corporels mais elles restent parfois difficiles à interpréter ; elles indiquent qu'une activation a lieu mais sa nature (positive/négative ?) reste difficile à identifier et ils ne permettent pas de différencier de quelle émotion il s'agit (colère, peur, surprise...).

- (Composante 3) des *comportements expressifs*, comme des mimiques, une prosodie, des postures et un discours qui seront différents selon l'état émotionnel ; ils peuvent être ambigus, par exemple les mimiques de peur, de surprise et de doute peuvent se ressembler, alors que ces sentiments sont assez différents. De plus, les états émotionnels peuvent être volontairement ou involontairement camouflés socialement.

- (Composante 4) Certains auteurs ajoutent comme composante de l'émotion, la *propension à l'action* : tendance à fuir si j'ai peur, à attaquer si je suis en colère, etc.

Ces différentes composantes de l'émotion ont des degrés d'intensité variables selon les situations et les émotions : un sentiment de confiance aura par exemple des manifestations corporelles nettement moins fortes qu'une grande colère. Les émotions classiquement répertoriées comme « *basiques* » et universelles sont la peur, la joie, la colère, la tristesse, le dégoût, la honte et la surprise, et de très nombreuses catégorisations existent qui tentent de regrouper des émotions de même type (e.g. la colère, l'irritation, l'énervements). On identifie également des *émotions complexes* (souvent appelées *sentiments*) comme la confiance, la culpabilité, la frustration, le sentiment de puissance, de contrôle, de présence, de connexion, ou les sentiments esthétiques et moraux. Sont distinguées enfin les *humeurs* qui sont en arrière-plan, peuvent durer longtemps, correspondent à un état affectif plus diffus et souvent sans cause très précise, et parfois les *passions*, sentiments particulièrement intenses.

Certaines théories sont davantage centrées sur des dimensions de l'état émotionnel comme la *valence*, qui correspond à une tonalité plus ou moins positive ou négative du sentiment vécu (et rejoint un axe plaisir-déplaisir ou agréable-désagréable), *l'activation* (« arousal ») qui représente le niveau d'intensité de l'émotion, colère forte ou légère par exemple, et la *contrôle* que le sujet estime avoir sur son état émotionnel.

De nombreux auteurs en psychologie de l'émotion (cf Cahour 2013) s'inscrivent dans la « *théorie de l'appraisal* » suite à Arnold (1960) et à Lazarus (1991), et postulent que les états affectifs sont générés par un processus d'évaluation de la situation plus ou moins conscientisé par le sujet (l'appraisal), en fonction du *sens* qu'il lui attribue (la situation est-elle bénéfique ou menaçante ?), selon ses intérêts, ses buts, plus largement ses dispositions motivationnelles qui incluent aussi des croyances, des valeurs et des aspects de son expérience passée qui sont mobilisés dans la situation. Ce sens dépend également de la construction sociale des émotions, du milieu culturel dans lequel l'individu a évolué.

D'autres auteurs, davantage inscrits dans le domaine de la neurophysiologie, vont s'axer sur le processus émotionnel intuitif et immédiat, rapide et très peu conscientisé. Damasio (2003), avec sa théorie des marqueurs corporels qui ont été inscrits avec l'expérience et donnent

ensuite lieu à des processus de reconnaissance immédiate d'un type de situation qui a eu des incidences positives ou négatives pour le sujet, participe d'un courant plus centré sur l'immédiateté des réactions émotionnelles, ancrées dans des apprentissages incorporés. Selon moi ces deux dernières approches peuvent être vues comme complémentaires, selon que les émotions sont plus ou moins réflexes et incorporées (on parle de boucle courte et boucle longue des émotions en neurophysiologie).

Pour terminer avec ces quelques points théoriques, l'intérêt d'étudier les émotions quand on cherche à comprendre l'activité et son vécu n'est plus à prouver, et en psychologie, même cognitive ou ergonomique, les chercheurs intègrent de plus en plus la dimension émotionnelle depuis une dizaine d'années, alors qu'auparavant on considérait qu'elle était réservée à la psychologie clinique et aux approches thérapeutiques. Les études montrent par exemple (cf Cahour 2013) que les états affectifs/émotionnels orientent l'action, les activités cognitives et sociales et leur donne une qualité différente. Ils créent des dispositions, orientent non seulement l'action mais également la pensée et une façon d'être au monde (ouverture, disponibilité): ils préparent à l'action et orientent la prise de décision, influencent la créativité et le raisonnement, orientent les jugements/évaluations ou le rappel mnésique et la perception, notamment dans le sens d'une congruence positif/négatif : un état émotionnel positif entraînant des jugements plus positifs, le rappel d'éléments positifs et la perception d'éléments positifs. Ajoutons que la relation aux autres, la coopération et l'aide apportée sont supérieurs lorsque la personne est dans un état émotionnel positif plutôt que négatif, sauf si cela risque de lui faire perdre cet état positif.

Dans ma pratique de chercheuse en psychologie ergonomique, il me semble donc important de documenter dans quel état d'esprit ou quel état émotionnel se trouvait l'interviewé.e au cours de la situation étudiée (qui peut aller d'un moment de conduite automobile, à l'utilisation d'une nouvelle technologie numérique, ou un moment de surcharge informationnelle au travail). On a d'ailleurs co-écrit avec Pierre et d'autres collègues, à partir d'une étude commune, un article sur les mouvements affectifs pendant une interaction médiée (Cahour, Brassac, Vermersch & al, 2007). Il s'agissait d'une situation de prise de décision collective médiée par un outil de communication audio-visuel entre deux personnes qui devaient choisir ensemble un objet. Chacune était ensuite interviewée par un entretien d'explicitation (mené par Pierre) suivi par une auto-confrontation avec le support vidéo. Il s'agissait alors pour nous de documenter « le vécu cognitif, corporel et affectif » de ces situations ; bien sûr il ne s'agit jamais de se centrer uniquement sur l'émotionnel, mais juste de le renseigner « en surface » pour savoir notamment si tel instant était plutôt agréable ou désagréable, ou plus précisément quel type d'émotion était en jeu (énervement, frustration...). C'est important pour savoir si cette technologie de médiation est appropriée, si elle gêne et en quoi, si elle transforme les relations, positivement ou négativement, et comment. On se permettait donc de poser des questions telles que « tu étais dans quel état d'esprit ? », « tu l'as vécu comment à ce moment-là », « qu'est-ce que ça te faisait... » (je peux aussi utiliser : « est-ce que tu ressentais quelque chose de particulier à ce moment-là? »), et je souligne que Pierre n'a nullement « tiqué » sur ces questions en travaillant avec moi sur les données et en co-rédigeant la partie 'résultats' de l'article où ces questions apparaissent. Certes il s'agissait d'une recherche dira Pierre, et de plus les émotions n'avaient pas ici un grand impact sur la vie des personnes.

Il s'agissait d'émotions qui, même si parfois négatives, ne bouleversent pas la personne et n'ébranlent pas son identité. Dans ce cas il n'y a pas de problème à questionner les émotions dans le cadre de l'explicitation. D'ailleurs, comme le souligne Frédéric, « la distinction technique introduite dans la note en bas de page de Pierre donne à penser que dans le domaine de l'accompagnement professionnel, le questionnement de l'émotion ne présente

pas grand risque puisqu'il s'agit seulement de verbalisation ». Selon Pierre c'est encore moins problématique en recherche. On ne va pas chercher à amplifier l'expression de l'émotion ni en chercher les racines dans l'histoire de la personne, mais seulement documenter quelle était la tonalité émotionnelle à ce moment-là.

C'est plus compliqué quand il s'agit par exemple d'un gros échec, ou d'un moment très douloureux pour toute autre raison. Le risque est alors que l'intervieweur.e ne sache pas comment accueillir et contenir cette forte émotion négative et se sente elle/lui-même très déstabilisé.e. Certes il vaut mieux alors, quand on ne se sent pas à même d'accueillir soi-même ce type d'émergence, éviter de questionner les émotions. Frédéric parle alors d'être « aguerri » (avoir travaillé avec ses propres émotions et savoir accueillir).

Quand on peut accueillir l'expression de cette forte émotion et que l'on questionne les autres dimensions de l'expérience vécue, puis continue à dérouler le temps de la situation-cible, cette forte émotion ne se déploie pas ou peu, elle a été évoquée mais on ne s'arrête pas dessus. Mais encore une fois, il faut être prêt à accueillir le douloureux, et ça va passer largement autant par l'expression non-verbale que par les mots. Je tiens ici à souligner que même sans questionner l'émotion, lors d'un entretien d'explicitation, ce douloureux peut émerger, parce qu'on touche à un vécu singulier et subjectif dont on ne sait pas a priori de quoi il est fait. Et peut-être que si l'intervieweur.e craint a priori toute expression d'émotions négatives, il/elle risque d'être très déstabilisé.e si celles-ci émergent spontanément. Ne faudrait-il donc pas plutôt dédramatiser l'émotion négative (j'entends du point de vue de l'intervieweur.e bien sûr)? L'intervieweur.e peut se préparer à l'accueillir avec bienveillance puis s'assurer du consentement de l'interviewée à reprendre le cours de l'EdE sur les autres dimensions de l'expérience vécue.

Un point important avec lequel je suis totalement en phase avec Pierre, c'est qu'on va « corroborer » l'émotion, on va en « être témoin », « sans entrer dedans », on ne va pas la creuser, on ne va pas la fragmenter. On va juste documenter la valence ou l'émotion mais on reste en surface, on ne va pas questionner davantage sur l'émotion elle-même. Sinon il faut vraiment être formé et poser un cadre particulier. Je l'ai fait exceptionnellement (Cahour, Salembier, Zouinar, 2016) dans un contexte bien particulier, avec quelqu'un que je connais bien, qui est très réflexif et parce que je savais pouvoir gérer si nécessaire, de par ma formation. J'ai alors, relativement à une situation de travail désagréable, questionné les émotions plus en profondeur (le ressenti corporel, leur émergence...). Mais sinon, quand on sent que la situation peut ébranler la personne, on y va doucement en EdE avec les émotions et on ne reste pas dessus. Le risque est aussi que certains intervieweur.e.s incitent alors l'interviewé.e à raconter sa vie, l'historique, le pourquoi de cette forte émotion, et ce n'est vraiment pas l'objet de l'entretien d'explicitation. Pendant l'entretien d'explicitation on reste sur l'ici et maintenant de la situation ciblée, on ne part pas dans un autre lieu ou dans un autre temps ; on reste aussi sur la description du vécu, on ne part pas dans des interprétations ou dans des associations d'idées ; et, comme le dit Pierre, on ne vise pas l'expression amplifiée de l'émotion ; tout cela fait la différence avec un entretien thérapeutique.

Pour ce qui est des émotions, même négatives, quand elles ne sont pas de l'ordre à ébranler fortement la personne, on peut selon moi se permettre de les questionner pour les documenter (sans les creuser) dans le cadre de l'entretien d'explicitation. Et ces « émotions du quotidien » sont très nombreuses : je me mets en colère contre un automobiliste qui me fait une queue de poisson et conduit ensuite agressivement ; je m'énerve contre une nouvelle application que je n'arrive pas à utiliser et songe à continuer à travailler avec l'ancienne version ; je suis déçu par un collègue qui ne comprend pas mon point de vue et l'évite par la suite ; je suis déstabilisé par des stagiaires qui n'écoutent pas, je suis frustré de ne pas arriver à atteindre mon objectif, ou, pour reprendre les exemples de Pierre, un sportif de haut niveau qui sent sa

confiance baisser et impacter sa performance, un éducateur spécialisé qui se sent momentanément dépassé... Si on n'a pas documenté la teneur de ses émotions, on ne comprend l'action et l'ensemble du vécu que partiellement.

Je trouve donc pertinent et intéressant, dans la recherche ou dans une analyse de pratique, de documenter a minima la tonalité émotionnelles des moments décrits, sinon on risque de ne pas bien comprendre la cohérence subjective du vécu. Ce n'est d'ailleurs pas un hasard si Pierre incluait les émotions dans les quatre dimensions des verbalisations descriptives de l'expérience vécue (ou 'aspects du vécu' selon Vermersch 1994 : verbalisation du vécu émotionnel, sensoriel, de la pensée, de l'action). Mais il faut rester prudent, je suis d'accord, ne pas se laisser embarquer dans des zones proches de l'entretien thérapeutique. C'est autre chose, un autre cadre. Et si l'on sait que l'entretien risque de toucher à des points très sensibles pour la personne (qu'on soit dans un cadre de recherche ou pas, car ça peut également arriver dans un cadre de recherche, on peut aussi toucher du vécu douloureux), il faut d'autant plus, en amont, préciser notre cadre de l'explicitation, ce qu'on vise et ce qu'on ne vise pas.

Je suis donc persuadée qu'on peut se permettre de questionner a minima, sans les creuser, les émotions dans le cadre de l'EdE, sauf s'il s'agit d'émotions douloureuses et que l'on n'est pas « aguerri » et prêt pour les accueillir. Je relâche donc peut-être un peu la limite de la prudence/vigilance par rapport à Pierre et Frédéric, mais ce n'est même pas certain...

Références :

Cosnier, J. (1994). *Psychologie des émotions et des sentiments*, Paris : Retz.

Cahour B., Brassac C., Vermersch P., Bouraoui JL. , Pachoud B., Salembier P. (2007). Etude de l'expérience du sujet pour l'évaluation de nouvelles technologies ; l'exemple d'une communication médiée, *Revue d'anthropologie des connaissances*, 2007/1. (<https://www.cairn.info/revue-anthropologie-des-connaissances.htm>)

Cahour B. (2013) Emotions: characteristics, emergence and circulation. In Baker, M.J., Andriessen, J. & Järvelä, S. (2013). *Affective Learning Together: social and emotional dimensions of collaborative learning*. p. 52-70, London: Routledge. (Texte disponible dans hal.archives-ouvertes)

Cahour B., Salembier P., Zouinar M. (2016). Analysing lived experience of activity, *Revue Le Travail Humain/ Human Work*, PUF, vol.79, n°3, p.259-284. [doi : 10.3917/th.793.0259](https://doi.org/10.3917/th.793.0259)

Damasio A.R. (2003). *Spinoza avait raison ; joie et tristesse, le cerveau des émotions*. Odile Jacob : Paris.

Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.

L'émotion est signe du sens

Nadine Faingold

Faingold N. (2020). *Les entretiens de décryptage*. (Paris : L'Harmattan) – Extraits –

Le point de départ de mon livre a été l'approche de l'entretien d'explicitation de Pierre Vermersch, qui a pour spécificité de viser la remémoration et la description par un sujet de son action dans un moment singulier. La prise en compte dans mes entretiens de la dimension émotionnelle du vécu subjectif m'a ensuite amenée à construire la méthodologie des entretiens de décryptage selon deux axes :

-décryptage du sens qui nous anime à partir de moments émotionnels positifs en lien avec nos valeurs les plus profondes.

-décryptage du sens activé en nous par des contextes problématiques, déclencheurs d'émotions et de schémas réactionnels venus du passé.

Il s'agit donc de créer les conditions du processus de décryptage, en accompagnant l'évocation de moments « graines de sens » pour aider à l'émergence et à la mise en mots par le sujet lui-même de ce qui se joue pour lui dans un moment de vécu. Ceci ne peut advenir que par un accompagnement résolument non interprétatif, et la conscience du caractère unique et singulier du tissage subjectif de l'action, de l'émotion et du sens.

ACCOMPAGNER LES PRISES DE CONSCIENCE : Identifier les graines de sens

En permettant d'une part une description de l'action, et de l'autre un accueil de l'émotion et de sa signification pour le sujet, les entretiens d'explicitation et de décryptage sont une aide à la prise de conscience de ce qui se joue dans la complexité du vécu subjectif, en amont et indépendamment de toute intervention visant une aide au changement ou une psychothérapie.

J'ai d'abord formalisé l'entretien de décryptage à partir de moments positifs, tout particulièrement à partir de situations professionnelles réussies. Dans un premier temps il s'agissait de mener un entretien d'explicitation dans le but de faire prendre conscience aux professionnels des compétences mises en œuvre de manière pré-réfléchie dans leur pratique du métier. Puis, en posant la question : « Dans tout ce que tu viens d'explorer, quel est l'instant le plus important ? », et en opérant un arrêt sur image et un patient maintien en prise, avec le plus souvent reprise et accentuation des gestes, il devenait possible de faire émerger l'expression des valeurs incarnées dans cet instant, et de l'émotion associée. Je pouvais constater que dans ces instants, l'émotion était d'abord comme « retenue » dans l'épaisseur du vécu, et qu'elle pouvait se déployer pleinement, avec souvent des larmes, quand les mots venaient s'ajuster au ressenti, révélant la signification profonde de ce qui s'était fugitivement donné, à l'insu même du sujet concerné. Par la suite, j'ai pu constater qu'en faisant décrire en explicitation n'importe quelle tranche d'un vécu passé à valence émotionnelle positive, et en réitérant les questions :

« Dans ce moment, quels sont les moments qui se détachent ? » Puis : « Parmi ces moments, quel est l'instant le plus important ? », je pouvais accompagner quelqu'un vers la découverte émerveillée d'une graine de sens, l'aider à s'y arrêter à s'y poser, et à ouvrir une porte vers la connaissance de soi.

Mais par ailleurs, souvent, en explicitation des pratiques, je me trouvais confrontée à la description de moments difficiles accompagnés de fortes émotions négatives, dont je savais qu'ils étaient porteurs pour le sujet d'un sens qu'il était possible de décrypter, dans le cadre d'un contrat d'entretien impliquant l'aide à la prise de conscience des ressources, mais aussi des fragilités. Il s'agissait d'aider la personne à mettre au jour ce qui se jouait pour elle dans la situation, en sécurité, et sans rien induire de l'extérieur. Et pendant longtemps, je n'ai pas trouvé le cadre théorique et méthodologique me permettant d'accompagner quelqu'un sur ce chemin de manière satisfaisante en entretien individuel. En effet, j'étais parfaitement à l'aise pour explorer les situations difficiles dans le cadre d'un travail d'analyse de pratiques en groupe, où le dispositif est spécifiquement conçu pour créer les conditions d'une aide à la prise de conscience dans un cadre de confidentialité et de non-jugement. En revanche, dans la pratique de l'entretien d'explicitation, j'étais éminemment consciente des risques d'ancrage négatif liés à la puissance du revécu en évocation quand l'attention du sujet est orientée vers un moment douloureux. Il manquait donc une dimension à mes entretiens, celle d'accompagner les personnes vers une clarification du sens sous-jacent à l'irruption en situation professionnelle d'une émotion incontrôlée, disproportionnée, souvent identifiée comme répétitive, et donc signifiante quant à la problématique personnelle du sujet. Ceci dans le but d'accompagner vers une meilleure connaissance de soi, permettant d'identifier les zones de vulnérabilité, les contextes déclencheurs et les croyances limitantes.

Dès mes premiers pas en explicitation, je m'étais d'ailleurs moi-même retrouvée face à l'émergence de contenus fortement émotionnels, venus du plus loin de mon inconscient, qui me sont rapidement apparus comme une source à la fois bouleversante et passionnante de recherche sur moi-même. Or il était clair que la description de l'action ne pouvait m'apporter aucune aide sur ce plan-là. A partir de ce moment, je me suis mise en quête d'une approche de travail sur soi qui me convienne, et qui me permette parallèlement de mieux accompagner les personnes que j'avais en formation. C'est ainsi qu'en complément d'une formation à la PNL, puis d'une formation de psychothérapeute avec Jacques de Panafieu, j'ai pu suivre une formation approfondie à l'IFS (Internal Family System) de Richard C. Schwartz (2009), qui propose un modèle explicatif de nos fonctionnements émotionnels, aisément transposable en accompagnement professionnel.

Ceci me permet aujourd'hui de mieux définir les notions qui sont à la base de l'approche du décryptage du sens. Dans cette perspective, le sens pour un sujet singulier, c'est le sens existentiel, ce qu'il peut comprendre de son passé et ce qui l'oriente vers un avenir. C'est à la fois ce qui se joue de son histoire, ce qui l'active et le prend émotionnellement dans les occurrences du présent, et ce qui est essentiel pour lui en termes de valeurs, ce qui l'anime et donne une direction à sa vie. Or le sens est exilé à double titre : nos blessures les plus douloureuses sont enfouies dans l'inconscient, et nos ressources les plus lumineuses sont encryptées dans un vécu qui demande à être revisité pour que notre conscience puisse les reconnaître.

L'entretien de décryptage vise donc l'émergence du sens crypté dont l'émotion est le signe. Au plan méthodologique, il reprend de l'explicitation l'accompagnement vers une position de parole incarnée, à partir d'une situation spécifiée. Mais, alors que l'entretien d'explicitation vise la description de l'activité dans son déroulé temporel, l'entretien de

décryptage vise à créer les conditions de l'émergence du sens. Il consiste à effectuer un arrêt sur image sur des instants-graines de sens qui se détachent par une coloration émotionnelle spécifique sur le fond du vécu évoqué. Le décryptage du sens travaille sur l'épaisseur du vécu et sur la relation entre la dynamique intérieure du sujet et son activité. Accompagner le maintien en évocation d'un instant singulier et de sa teneur émotionnelle demande beaucoup de précautions, de patience et de fermeté afin de permettre à terme la prise de conscience et la formulation par le sujet lui-même des messages latents qui ont structuré son expérience. Ce maintien en prise se caractérise par une immobilisation du flux du vécu, par la reprise et la densification des postures et des gestes, et par des relances visant non plus le niveau expérientiel de l'action mais celui de l'identité. Il importe de souligner que la distinction entre le mode d'accompagnement des situations-ressource et celui des situations à teneur émotionnelle négative est un élément déterminant dans la méthodologie des entretiens de décryptage, même si dans un cas comme dans l'autre, il s'agit d'accéder à une mise en mots de ce que j'appelle des messages structurants (ou croyances sur soi). L'entretien de décryptage introduit ainsi de nouvelles perspectives dans la manière d'aborder l'analyse des pratiques professionnelles, l'approche biographique et l'aide au changement.

Schèmes d'action, émotion et schémas réactionnels

Nadine Faingold

Cet article est une première tentative pour mieux cerner la problématique de l'accès aux schèmes organisateurs de la conduite, dans la perspective d'une communication au colloque en hommage à Pierre Vermersch qui aura lieu en octobre 2022. J'ai ainsi été amenée à relire beaucoup de textes de Pierre parus dans *Expliciter* en cherchant en quels termes il a pu préciser à différents endroits son orientation de recherche : Dans le numéro 114, il énonce : « Cet article se situe dans le cadre du programme général et historique que je poursuis depuis toujours, de l'élucidation de la conduite, et donc de sa description intime détaillée permettant d'accéder à son intelligibilité causale, autrement dit à la compréhension de son engendrement. » Il s'agit d'explicitation, c'est-à-dire d'un travail *a posteriori* d'élucidation de la conduite à un moment spécifié, dans le cadre d'une réduction méthodologique essentielle à l'action finalisée, mettant entre parenthèse les contenus émotionnels du vécu.

Ce choix fait par Pierre de la centration action, affirmé dès le premier livre sur l'EdE comme le rappelle l'article de Frédéric Borde, est réitéré clairement dans ses travaux les plus récents, en particulier dans le cadre des recherches sur les schèmes et l'inconscient organisationnel à partir du travail sur les N3, dénommés « sentiments intellectuels », à savoir une impression (actuelle ou dans la remémoration) qui est comme le signal d'une organisation sous-jacente tacite.

Or, paradoxalement, l'un des moyens les plus efficaces pour accéder au schème sera l'introduction réitérée de la question Qui ? sous la forme « Qui es-tu quand... ? » (question reprise du niveau logique de l'identité chez Dilts), suivie d'un « Depuis quand... ? » (ou « ça te ramène à quand dans ton histoire ? ») qui permet souvent l'émergence d'une situation d'origine dans l'histoire du sujet. Bien que donnant accès au pôle égoïque (valeurs, croyances, identité) et à des contenus à forte teneur émotionnelle, on peut trouver différents passages où Pierre formule clairement le choix de réduction qui est le sien et qui définit strictement le champ de l'entretien d'explicitation comme étant celui de l'action finalisée, à l'exclusion de l'émotion.

Je cite quelques extraits d'articles publiés dans *Expliciter* qui documentent cette position :

N° 105, p. 54.

« On peut voir facilement que l'organisation de l'action est certes déterminée localement par les instruments mis en œuvre (les schèmes), mais que si l'on prend un peu de recul, la gamme des schèmes effectivement mobilisés, est déterminée par le pôle égoïque, que ce soit par une co-identité particulière, ou par des croyances appartenant à cette co-identité. Ce qui est important pour notre pratique de l'entretien d'explicitation, c'est que la co-identité ou les

croyances ne sont intéressants que dans la mesure où ils nous éclairent sur la gamme de schèmes mobilisés. »

La suite du texte énonce l'idée que s'intéresser aux co-identités ou aux croyances n'aurait de sens que dans une perspective d'aide au changement.

N° 109 p. 24

Pierre formule là encore les effets perlocutoires des questions Qui es-tu quand tu ? et Depuis quand ? :

« Ce qui peut sembler compliqué, c'est que suivant la façon dont on questionne le N3, on peut avoir comme réponse non pas directement le repérage des schèmes mobilisés, mais ce qui se situe en amont des schèmes (j'ai en tête l'organisation de la grille des niveaux logiques de Dilts) : on peut avoir comme réponse non pas un schème mais la co-identité dominante qui s'est manifestée, ou bien les croyances dominantes qui motivaient l'action, ou les émotions qui portaient l'action ou en constituaient le climat dominant. Et dans la logique de l'entretien d'explicitation, il est alors toujours important de traduire l'information portant sur la co-identité, les croyances ou les émotions en schèmes d'action particuliers, toujours dans l'idée fondamentale de revenir vers l'action. Je peux comprendre que ma réponse était organisée par ma co-identité de parent responsable. Bien. Et dans cette co-identité, quel schème, quelle organisation de l'action a été mobilisée pour répondre à la situation ? Idem dans le principe quand il apparaît des formulations de croyances ou de climat émotionnel en premier. Si l'on prend comme référence la grille de l'alignement des niveaux logiques de Dilts, le niveau N2 est celui du faire, le niveau N4 est celui des compétences, décliné en schèmes organisateurs (ce qui correspondrait au niveau N3, est absent de la grille). »

N° 112 p. 5

Maryse : « Nous savons partir d'un N3, et grâce à la relance "Qu'est-ce que ça m'apprend ?", laisser venir du sens qui renvoie à notre histoire personnelle. Le sens que nous voulons extraire maintenant est un sens qui permettra de décrire l'organisation de la conduite de A dans le vécu visé. Avec la relance du "qui", nous pouvons accéder au schème, par exemple "Je suis la petite fille qui regardait ses grands-parents jardiner¹³". Ainsi, nous pouvons accéder au "qui" quand nous ne pouvons pas accéder directement au schème. Il est intéressant d'aller chercher dans le passé le "qui" permettant d'accéder au répertoire de schèmes, par exemple, le choix d'une balade¹⁴ lié à une organisation de choix, donc au schème organisateur. Et nous pouvons donc accéder au schème quand nous ne pouvons pas accéder aux actions élémentaires de production du potentiel. Contrairement à ce qui se pratique en PNL, nous visons les compétences plutôt que les croyances. »

N°112 p. 6

Pierre : « Sous une réponse émergente... il y a une organisation et je peux y accéder, nous cherchons les moyens d'y accéder. Il y a problème quand l'organisation est liée à un

¹³ Allusion au protocole de Joëlle – Expliciter n° 111 p. 1-31

¹⁴ Allusion à l'explicitation d'un vécu de choix – Expliciter n°105 pp.28-55 où Pierre avait décrit un schème de choix de promenade

traumatisme, quand elle est liée à des sentiments de peur, de honte, de haine, là il faut de la psychothérapie pour affronter ces sentiments ou ce traumatisme. Le "qui" d'origine de l'initialisation de la conduite est important en psychothérapie, mais pas pour nous. Il nous suffit d'en laisser venir un dans une situation du passé où le même schème a été activé. Ce qui est important pour nous, c'est d'arriver à l'intelligibilité de la conduite de A ».

Maryse – « Retenons : arriver à l'intelligibilité de la conduite de A. Donc pour résumer, ce qui nous intéresse, c'est qu'une réponse émergente est organisée et que nous pouvons saisir son organisation par une actualisation de cette organisation dans le passé, même si c'est du pré-réfléchi parce qu'il y a un lien entre le "qui", l'histoire de la personne et l'organisation de la conduite qui instancie un schème. »

Discussion (Nadine F.)

Le terme schème est donc employé par Pierre au sens de schème d'action.

Il est intéressant de se demander comment est argumentée cette exclusion de l'émotion comme signal possible d'une piste pour comprendre le sens sous-jacent à l'action, sens dont pour ma part je fais l'hypothèse qu'il est déterminant pour élucider l'organisation de la conduite, ce en quoi je me distingue clairement des choix méthodologiques de Pierre...

D'une part selon Pierre, aller vers l'émotion c'est glisser inéluctablement vers le domaine de l'aide au changement ou de la psychothérapie. Je pense au contraire qu'il est tout un champ de l'aide à la prise de conscience de ce qui se joue sous l'émotion, que j'ai appelé le décryptage du sens, et qui intéresse autant le domaine de la recherche que de celui de l'accompagnement professionnel ou personnel, sans être de l'ordre de la psychothérapie. Une chose est d'identifier ses zones de vulnérabilité et de prendre conscience de ses croyances limitantes, autre chose est d'entreprendre un travail sur soi visant la guérison des blessures d'origine. Dans tous les cas, aller vers l'identité, les enjeux, les valeurs, les messages structurants, donc vers le pôle égoïque, c'est éclairer précisément selon moi des éléments essentiels de l'organisation de la conduite. Je pense que l'action et l'émotion sont toujours co-présentes dans le vécu, et que les niveaux expérientiels des stratégies et du sens peuvent et doivent être explorés l'un et l'autre pour avoir une chance d'accéder à la logique de fonctionnement d'un sujet en situation.

D'autre part, Pierre considère que « Le succès de la conception de l'inconscient de Freud nous a enfermés dans une perspective liée à la pathologie ». Il fait donc le choix de parler d'inconscient organisationnel ou de Potentiel pour « sortir de la caractéristique privative et des connotations névrotiques du terme inconscient » (n°105). « L'inconscient organisationnel est l'inconscient non refoulé, non pathologique, qui sous-tend en permanence toutes nos actions » (n°114).

En fait je souscris entièrement à cette définition de l'inconscient organisationnel, sauf que j'en ai une conception qui inclut toute notre mémoire pré-réfléchie, y compris émotionnelle.

Je pense que la conduite ordinaire est toujours en grande partie déterminée par ce qui se joue au plan de schèmes adaptatifs ou (structures organisatrices). Mais ces schèmes ne sont pas seulement des schèmes d'action, ce sont aussi des schémas réactionnels (provisoirement invariants) qui émergent lorsqu'un contexte déclenche par analogie avec une situation passée (qui reste à élucider) une émotion disproportionnée qui vient entraver le cours de l'action finalisée.

Pour mémoire, je distingue le niveau expérientiel des stratégies spécifique de l'EdE, qui vise la description de l'action et la mise au jour des schèmes d'action (trois premiers niveaux de Dilts : environnement, comportement, compétences) du niveau expérientiel de l'identité, incluant les enjeux, les valeurs et les croyances, spécifique de l'entretien de décryptage du sens (EdD). Et pour moi, chercher l'intelligibilité de la conduite implique nécessairement d'explorer les deux niveaux, le comment et le pourquoi, l'émotion étant selon moi la porte d'entrée de l'accès au sens, aussi bien quand elle porte la motivation à agir (valence positive) que quand elle vient faire obstacle au déroulement de l'action (valence négative).

Je souhaite à présent inviter à la réflexion à partir de deux exemples publiés dans *Expliciter* :

- article de Pierre dans le n° 31
- article de Maryse dans le n° 116

Il s'agit dans les deux cas, d'un accès au sens à partir d'une émotion (ou d'un état interne) à valence négative. Je résume, en restant fidèle je l'espère aux formulations des auteurs et vous invite à aller lire ou relire l'intégralité de leurs textes.

Premier exemple - *Expliciter* n° 31 (1999) Pierre Vermersch - Etude psychophénoménologique d'un vécu émotionnel.

Je résume en sélectionnant des passages à partir de la page. 13 –

« Je suis en train de travailler à la lecture de mon courrier électronique, je suis assis à mon bureau dans un cadre de travail que j'aime, et je suis tranquillement et agréablement installé dans l'effectuation d'une tâche qui me procure un intérêt et un plaisir épistémique certain.

- Je repère un nom connu, ce qui éveille mon intérêt, ...En poursuivant je tombe sur une phrase qui m'apporte une information que je n'avais pas et qui aurait pu me concerner, là il y a un supplément d'intérêt, je pourrais même dire une surprise de ne pas être au courant ... En restant encore quelques secondes avec cette information, je prends conscience que j'aurais dû être au courant, qu'il s'agit de quelque chose qui s'est organisé à mon insu et dont je ne suis pas informé, donc exclu. ...A ce moment, je vis un instant de sidération, qui se présente en contraste, comme une rupture forte avec l'activité précédente. ... je vis ce moment comme une cessation d'activité mentale, une immobilisation de la pensée... Cet instant de sidération est suivi du déclenchement d'une forte turbulence. Je suis enclin à nommer ce nouvel état « un vécu d'émotion » mais à ce moment je suis incapable d'identifier et de nommer une émotion particulière. Je la ressens comme forte, comme à dominante négative, désagréable...il y a un part très nette de colère envers ceux qui sont nommés, avec une déception et un peu de tristesse d'avoir été trahi..., en même temps je sens bien que c'est une structure récurrente d'impression d'être trahi dans ma confiance, avec une voix intérieure qui me dit que j'ai tort, que je ne dois pas le prendre comme ça, qui me raisonne en me montrant que c'était inévitable qu'il en soit ainsi, et qu'après tout je n'ai qu'à être plus clair moi-même peut être. ...

Ce qui apparaît encore, c'est une multiplicité de couches, il ne s'agit pas d'une émotion seule, mais d'une série d'émotions reliées se déclenchant, se déterminant l'une l'autre : colère, tristesse, déception, revendication, plainte, raisonnement palliatif... Cependant, une autre couche de pensée et de buts apparaît très rapidement : l'évaluation de la situation et le désir de

la modifier, en tout cas de ne pas subir, ni encourager ce nouvel état. ...J'ai donc un refus d'encourager les réactions suscitées par le déclenchement émotionnel.

L'exemple que j'ai choisi de présenter est exemplaire de la survenue d'une émotion forte parce que chargée d'une histoire ...L'interprétation que j'avance est que le temps de sidération correspond au traitement inconscient du sens des implications de ce que je lisais, mais d'un sens qui n'appartenait pas directement au message lu, mais plutôt à une situation passée qui était identifiée de manière inconsciente comme semblable et devant susciter la même réponse émotionnelle »

Deuxième exemple – *Expliciter* n° 116 (2017) Maryse Maurel. Exemple méthodologique de la pratique de l'auto-explicitation dans le passage d'un N3 au N4.

Je résume, et je tente une reconstitution chronologique à partir de l'article de Maryse.

Juin 2006 – Pierre a envoyé un message aux membres du Grex pour recueillir des informations sur l'effroi dans la visée à vide. Je n'ai pas été capable de lui faire une réponse. Je n'éprouvais pas de l'effroi, mais une immense fatigue qui me tombait sur les épaules et me paralysait en m'empêchant d'écrire. J'ai seulement décrit finement pour moi cette « grosse fatigue »

Décembre 2006 – Premier stage d'auto-explicitation. Chronique de mes difficultés avec l'auto-explicitation

Juillet 2017 – Nouveau stage d'auto-explicitation. J'ai retrouvé la « grosse fatigue »

Août 2017. (L'université d'été porte sur l'auto-explicitation.)

La « grosse fatigue m'est retombée dessus en revenant du déjeuner à Langeac le lundi après-midi. J'étais quasiment paralysée dans ma tête et dans mon corps.

Le lendemain j'ai commencé par écrit une chaîne des « qui » sur la « grosse fatigue ». L'idée m'était venue comme une évidence de questionner la « grosse fatigue » comme un N3.

Début septembre 2017

Reprise de l'alignement des niveaux logiques sur le sens de l'auto-explicitation pour moi

Qu'est-ce que ça m'apprend ?

Ça m'apprend que J'ai les moyens d'alléger mes épaules, j'ai acquis la compétence de penser à utiliser mes compétences de B.

Où est le problème ?

Ça m'apprend que je dois m'autoriser à écrire tout ce qui vient.

M'autoriser

Le problème : Une auto-explicitation pour le Grex alors que je ne me suis pas approprié le projet, que je ne l'ai pas fait mien.

Il y a une autorisation à me donner, il y a une censure à lever vis-à-vis de moi-même.

Quelques jours plus tard, 19 septembre après relecture :

Il y a une autorisation à me donner, une censure à lever.

Qui je suis quand je me soumetts à cette censure ?

Pof, ça arrive d'un coup : Je suis la petite fille, avec mes parents, ma grand-mère est dans sa chambre, et j'entends mon père dire à ma mère qui pleure, avec un air de désapprobation très fort « Elle s'écoute... On ne doit pas s'écouter et se plaindre » (il parle de ma grand-mère).

p.38 – On ne doit pas s'écouter et se plaindre, jugement qui déclenche les pleurs de Maman. La petite fille voit qu'ils ne sont pas d'accord et que c'est grave, et elle est malheureuse, c'est lourd, très lourd. Quand on s'écoute, quand on s'introspecte, on fait de la peine aux autres.

Je ne me suis pas approprié le projet de l'auto-explicitation parce que ... je retombe sous l'injonction de mon père. Et je retrouve le malaise physique de voir mes parents en désaccord à cause de quelqu'un qui s'écoute.

Maryse p. 40-41 :

« L'idée de traiter la "censure" comme un N3 s'est imposée de façon involontaire, manifestation d'un ego qui commence à être expert pour repérer les N3, et Pof ! Je me suis retrouvée, avec une très grande émotion, dans un souvenir d'enfance, qui donne le sens de ce que je ressens chaque fois que je me mets en auto explicitation imposée, cette immense fatigue qui me tombe sur les épaules avec l'impression qu'elles descendent jusqu'à terre, que j'avais identifiée comme un N3 et que j'avais commencé à travailler par écrit à Saint Eble, sans avoir le temps ou le courage de terminer. Le malaise physique que j'éprouve en commençant une auto explicitation est exactement le même que celui que j'avais éprouvé dans la situation du passé. C'est ce qui me fait dire que la "grosse fatigue" et la "censure" relèvent du même schème. »

Discussion (Nadine F.)

Maryse écrit en note de bas de page p. 40 : « Je fais l'hypothèse que la "grosse fatigue" s'est transformée en "censure". Cette hypothèse peut être discutée. »

Je pense personnellement que l'équation qui mène à la grosse fatigue est plus complexe : il y a une situation du passé familial traumatisante : Maryse enfant est témoin d'une scène où le père est fortement désapprobateur et où la maman pleure. Le message du père étant : « on ne doit pas s'écouter et se plaindre », la croyance qui s'installe est l'équivalence : « quand on s'introspecte, on fait de la peine aux autres ». Mon hypothèse serait donc que tout contexte analogique d'une situation où « on s'écoute » est déclencheur de la grosse fatigue, qui est un signal dont le sens sous-jacent est la croyance issue d'une scène d'origine qui resurgit avec la question « Qui je suis quand je me soumet à cette censure ? ». Peut-on dire comme le propose Maryse que la « grosse fatigue » et la croyance relèvent du même schème ? Je parlerais moi ici de **schéma réactionnel répétitif**, que je ne peux m'empêcher de lire à travers le prisme du modèle de Richard C. Schwartz : une partie exilée, la petite fille traumatisée, une partie protectrice dont la fonction est d'éviter à tout prix (censure, interdit : *plus jamais ça*) de retomber dans une situation similaire (faire souffrir les proches), ce qui se manifeste à travers un message structurant (la croyance) qui va être déterminante dans la conduite et empêcher la réalisation du but (ici faire de l'auto-explicitation).

Contrairement au schème d'action qui va dans le sens de la conduite finalisée, le schéma réactionnel est régressif.

Rappelons la définition du N3 « signal d'une organisation sous-jacente », qui me fait poser que les états internes corporels-émotionnels sont des N3, mais aussi comme le montre cet exemple, les croyances que je désigne souvent par le terme « messages structurants ».

Conclusion

Je propose donc d'utiliser la notion de schème adaptatif ou structure organisatrice (au lieu de schème tout court) et de distinguer à l'intérieur de ces structures organisatrices des schèmes d'action et des schémas réactionnels. Dans les deux cas, ces structures (dans un premier temps préréfléchies donc inconscientes) sont accessibles comme l'ont montré les travaux de l'université d'été par un questionnement en « Qui ? » des N3 (sentiments intellectuels ou graines de sens), qui sont des éléments incompréhensibles a priori quant à la succession des prises d'information et des prises de décision orientées vers la poursuite d'un but.

Grâce aux travaux de l'université d'été et spécifiquement du travail en sous-groupe de Maryse, Claudine et Joëlle, nous avons désormais plusieurs exemples d'accès au schème d'action qui permet de relier une situation d'origine à un élément de conduite repéré comme « insensé ». Mon but n'était pas de reprendre ici ces exemples bien documentés dans *Expliciter*.

Ce que je souhaite, c'est proposer une hypothèse selon laquelle il conviendrait d'accorder un statut particulier à des N3 émotionnels venant faire obstacle à l'action finalisée, signaux d'un schéma réactionnel sous-jacent, et pouvant donc être définis comme objet de recherche pour aller dans le sens de « l'élucidation de la conduite, et donc de sa description intime détaillée permettant d'accéder à son intelligibilité causale, autrement dit à la compréhension de son engendrement ». Considérons l'émotion comme une piste privilégiée pour une archéologie du sens.

Compte rendu de notre travail de l'Université d'Été d'août 2021

Exploration du processus de verbalisation pendant une évocation.

Le froid, le frais, un geste, un métronome et des aubergines.

Marine Bonduelle, Joëlle Crozier, Maryse Maurel, Claudine Martinez

Introduction

Le but de cet article est de vous proposer une analyse des résultats obtenus lors de notre travail en petit groupe pendant l'université d'été 2021, à Courzieu¹⁵. Par décision du collectif, le libre choix du thème était laissé à chaque petit groupe. Nous avons choisi de décrire le processus de verbalisation du vécu de A¹⁶ en position d'évocation, à partir de ses signifiants intériorisés : comment se fait le choix ou l'arrivée des mots pour A, sous l'effet d'une relance de B et du remplissage intuitif ?

Nous pouvons ici faire un petit rappel théorique sur le renversement sémantique de Piaget en parallèle avec le processus de réfléchissement de Piaget¹⁷. Le vécu qui n'a pas encore été verbalisé relève de la « mémoire concrète »¹⁸ ou mémoire auto-biographique. Cette mémoire du vécu présente d'autres mécanismes de fonctionnement que ceux de notre mémoire habituelle formelle ou mémoire abstraite. La réalité vécue est alors à l'origine du langage utilisé et se réfléchit au plan de la pensée.

Ce que Pierre dit, dans son article, « Avez-vous lu Piaget ? »¹⁹, éclaire bien notre travail sur la mise en mots de A.

« Si l'on veut aller vers la connaissance, il faut donner une traduction verbale de ce réfléchissement. Le problème est alors de produire un discours qui soit adéquat à restituer cette expérience, car il y a le risque d'être piégé par les limites sémantiques du vocabulaire dont on dispose ou le risque de renoncer à communiquer pour passer dans un indicible qui sera peut-être encore plus juste pour la personne mais qui supprime l'objectif de connaissance qui suppose l'inscription par le langage. Ce mouvement qui part de la chose elle-même, qui débute par un temps de réception relativement passif (paradoxe d'une activité attentive intense et passive) pour aller seulement dans un second

¹⁵ Voir Maurel M et al., 2021, Compte-rendu de l'université d'été 2021, Courzieu, Polyphonie, *Expliciter*, 131, pp. 1-21, sur le site du GREX2.

¹⁶ Rappelons que, dans les notations GREX, A est le sujet questionné, B le questionneur et C l'observateur.

¹⁷ Réfléchissement au sens piagétien : « Ce réfléchissement est le produit de l'activité cognitive du sujet dans ses interactions avec le monde. Il est une création par le sujet d'une nouvelle réalité. Cette réalité est le résultat d'une projection du plan du vécu au plan de la représentation. » (Vermersch, P. (1994). *L'entretien d'explicitation en formation initiale et en formation continue*. Paris : ESF.). Toutefois « ce passage ne consiste pas en un simple éclairage de l'action matérielle. Il nécessite une construction nouvelle, aussi laborieuse que si elle ne correspondait à rien de connu du sujet lui-même » (Piaget J. (et collab.), 1974. *Réussir et comprendre*, Paris PUF.

¹⁸ Gusdorf G., 1951, *Mémoire et personne*, tome premier, PUF.

¹⁹ Vermersch P., 1996, Avez-vous lu Piaget ? *Expliciter*, 13, pp.12-16, sur le site du GREX2.

temps vers la parole, à partir de l'expérience : c'est l'idée centrale de Piguet, celle de RENVERSEMENT SÉMANTIQUE. C'est-à-dire en position d'évocation un mouvement qui part de l'expérience vers le langage et non l'inverse.»

Nous avons eu, entre nous, une discussion préalable pour définir notre visée. Nous nous sommes proposé de repérer, dans un premier temps exploratoire, des moments avec :

- Une mise en mots difficile, difficile parce qu'on n'a pas les mots pour décrire, comme les parfums, les goûts, et nous pouvons rajouter après ce travail, les sensations ;
- Ou des moments très forts, très riches que la mise en mots va appauvrir, d'où une insatisfaction ;
- Quelque chose qui n'est pas simple à qualifier, comme quand on dit que « ce n'est pas vraiment ça », « c'est compliqué à décrire », « ce n'est pas le mot juste », « je n'ai pas les mots ».

Nous avons envisagé de chercher à savoir comment se fait la mise en mots, même si elle n'est pas difficile, par une fragmentation très poussée. Nous avons envisagé également l'éventualité du cas où il y a émergence du mot et impossibilité d'avoir accès aux actes inconscients du choix du mot.

Nous avons prévu de revenir ensuite, en V3²⁰, sur des moments particuliers, susceptibles d'être intéressants, selon les observatrices, ou selon le vécu de A.

Nous étions quatre, nous avons programmé un entretien V2, suivi d'un V3, pour chacune. Tous les entretiens n'ont pas été productifs. Tous les exemples repérés n'ont pas pu être traités. Nous retenons pour cet article un exemple extrait d'un entretien avec Marine, où le premier mot choisi modifie la perception de la situation décrite et est remplacé immédiatement par le mot juste suivant un critère de justesse du mot bien identifié. Ce sera la partie I., intitulée « le froid le frais » de Marine. Ensuite, à partir du travail fait avec Joëlle, nous proposerons trois exemples : celui de la description d'une sensation « C'est compliqué à décrire » ; celui de l'émergence d'un mot, « métronome », avec la recherche du schème correspondant ; et celui d'un choix de nom de couleur, « violet foncé ». En ce qui concerne l'émergence du mot métronome nous sommes allées jusqu'à l'élaboration du schème correspondant même si cela n'était pas dans nos objectifs de travail. L'occasion était trop belle !

Les protocoles complets sont consultables sur le site

<https://sites.google.com/site/marysemaurel/>

Code des prénoms utilisés dans les entretiens, J pour Joëlle, M pour Marine, C pour Claudine, Ma pour Maryse.

Aspects méthodologiques de la co-recherche

Le travail de notre petit groupe a suivi la méthodologie de co-recherche, rappelée au début des séances de travail, dite méthode de Saint-Eble, en guise de contrat entre nous, avec une alternance d'entretiens, lorsqu'une observatrice peut prendre la place de B, de débriefings, de discussions, de débuts d'élaboration des résultats à chaud, et d'entretiens indirects (ou « mines de rien »).

²⁰ Pour rappel, V1 est le vécu de référence, V2 le vécu de l'entretien de l'explicitation de V1, V3 le vécu des actes de l'explicitation en V2.

Rappelons à ce sujet ce qu'écrivait Pierre²¹ dans son compte-rendu de l'université d'été 2019 :

« Ce qui s'est donc confirmé au plan méthodologique, c'est l'intérêt de faire des entretiens pas trop longs (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 nous appelons 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 contrôle du 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. »

Vermersch, *Expliciter*, 124, p. 5.

Rappelons aussi ce qu'écrivait Maryse²² dans le compte rendu de l'université d'été 2017 :

« Qu'est-ce que nous appelons le "mine de rien" ? C'est un entretien qui ne dit pas son nom où B et C s'adressent à A sur le mode indirect. Nous pourrions l'appeler "entretien indirect". C'est une façon pour B et C de faire mine d'arrêter l'entretien proprement dit, de récapituler, de reconstituer la chronologie, tout en se posant des questions devant A qui, selon nos observations, reste en prise avec son vécu et trouve les réponses aux relances qui lui sont adressées de façon indirecte. Il s'agit juste d'exposer devant A ce que l'on ne comprend pas, de mettre en mots son incompréhension, de partir de sa perplexité, de se poser une question devant lui. Le niveau d'expertise de A, le fait qu'il reste en prise avec son vécu, permettent à A de répondre aux questions que se posent devant lui B et C, sans que ces questions ne lui soient pas posées directement. Par exemple, "je me demande comment ça colle avec tout ce qu'il est en train de faire, j'arrive pas à comprendre" ou "là, précisément, il nous manque quelque chose, il faudra penser à le chercher"... »

Maurel, *Expliciter* 116, p. 29.

Nous pouvons rajouter à cette méthodologie, une autre technique pour compléter et enrichir l'analyse d'un protocole : au moment de l'écriture du texte, ou au moment de la relecture de ce qui a déjà été écrit, chaque personne concernée par ce protocole peut y insérer des *postgraphies*, sous forme de morceaux d'auto-explicitation ou de remarque. D'une part, A retrouve son lien

²¹ Vermersch P., 2019, Description, mise en évidence, compréhension de l'intention éveillante dans la mise en évocation d'un vécu passé. Université d'été du GREX 2019, *Expliciter*, 124, pp. 9-11, sur le site du GREX2.

²² Maurel M., 2017, Université d'été de Saint Eble 2017. La pratique de l'auto-explicitation., *Expliciter*, 116, pp. 13-35, sur le site du GREX2.

au vécu en lisant et en laissant venir, il ou elle peut ainsi enrichir et compléter le protocole. D'autre part, B peut expliquer, justifier ou critiquer certaines de ses relances en fonction du but obtenu dans le protocole. C'est intéressant pour le lecteur ou la lectrice, et c'est formateur pour B.

I. Protocole de Marine : « Le froid le frais »

I.1. L'entretien V2

Marine est A et Claudine B.

Claudine demande à Marine de laisser revenir une situation agréable. Marine décrit un bain récent dans une cascade.

Pendant le V2, nous repérons trois moments susceptibles d'être questionnés dans le V3 :

1/ On ne sait pas ce que sont les « petits quelque chose » dans l'extrait d'entretien suivant :

10. M. c'est tout doux, en fait, c'est comme les rochers, c'est tout doux, ça, ça, après tu as les petits picots d'eau froide partout, ça fait du (du) du frais dans la colonne, ça remonte jusque dans le cou, et ça frappe pas, ça, ça tombe, tombe, l'eau tombe et du coup sur la peau, ça fait des petits quelque chose (mm) et plus j'appuie les coudes, et là ça y est, je sais plus comment j'ai fait, mais en tout cas, tout mon corps est collé au rocher, ...

Ce cas n'a pas été travaillé en V3.

2/ On ne sait pas ce qui se passe quand Marine choisit le mot « arc-en-ciel ».

Extrait d'entretien :

18. M. dans la vasque, c'est juste après la cascade et il reste quelques petites gouttes d'eau, mais c'est là où je vois les petits arcs-en-ciel

19. C. quand tu es dans la cascade, il y a quelques petites gouttes d'eau et tu vois des arcs-en-ciel

20. M. c'est-à-dire, à chaque fois qu'il y a une petite goutte d'eau, je me coince la tête pour être entre le soleil et la goutte d'eau, pour choper des petits arcs-en-ciel

Nous avons remarqué un petit temps de silence avant les deux énonciations du mot « arc-en-ciel ».

Ce cas n'a pas été travaillé en V3.

3/ On ne sait pas ce qui se passe quand Marine dit qu'elle ne trouve pas le mot, après « le froid le frais ». Nous traitons cet exemple dans les paragraphes I.2. et I.3.

Lors des discussions qui suivent ce premier entretien, nous décidons de reprendre un questionnement en V3 pour élucider ce qui se passe au moment où Marine dit « je ne trouve pas le mot ».

I.2. L'entretien V3

Au début, Marine est A et Joëlle B, puis Claudine et Maryse se glissent dans l'entretien pour être B.

Qu'est-ce qu'il s'est passé en V2, juste avant que Marine ne dise « je ne trouve pas le mot » ?

En V2, Marine dit qu'elle est sous la cascade, que c'est tout doux, qu'il y a des petits picots d'eau froide partout, que ça fait du frais dans la colonne, que ça remonte jusque dans le cou, que tout son corps est collé au rocher, « et du coup ça remonte, ..., hein je suis déconnectée parce que je suis dans le froid le frais, je trouve pas le mot, donc Maryse a raison ... ».

Quand Marine dit que « Maryse a raison », elle se réfère à la discussion qui a précédé l'entretien, où Maryse avait cité des exemples de mots qu'elle n'avait pas réussi à trouver en cours d'entretien. D'où l'hypothèse, confirmée par Marine : elle ne trouve pas tout de suite le bon mot. Elle fait involontairement une association avec la discussion qui a précédé où nous avons parlé de cette possibilité, *elle passe en introspection actuelle*²³, se déconnecte de son évocation, et nous confirme que Maryse a raison. Nous avons oublié de prévoir que la discussion préalable sur la difficulté à trouver un mot, pouvait jouer le rôle d'intention éveillante pour A et l'inciter ainsi, à repérer, en introspection actuelle, une telle difficulté, voire à la signaler.

Il faut remarquer que, dans l'entretien V2 avec Marine, ni B ni les observatrices n'ont décodé correctement les intentions de Marine quand elle prononce cette phrase « le froid le frais, je ne trouve pas le mot ». Il serait plus juste de dire que les observatrices ont focalisé sur « je ne trouve pas le mot » mais n'ont pas du tout perçu qu'il se passait aussi quelque chose d'important dans la tête de Marine au moment où elle prononçait « le froid le frais ». Nous le découvrirons lors de l'entretien V3.

Dans le V3, nous obtenons des informations surprenantes dans la réplique 82. :

73. J. Et tu es en train de lui dire : le froid le frais et tu dis je trouve pas le mot

...

76. M. Je ne sais plus du tout à quel moment c'était, mais je sais que je l'ai dit

...

80. M. En fait, je m'entends dire froid (oui) et non, c'est pas le froid, à l'intérieur de moi

81. J. et là juste, comment tu sais que ce n'est pas le froid à l'intérieur de toi ? Comment tu le reconnais ?

82. M. Au moment où je dis froid, je suis dans la cascade mais avec Claudine (oui) ; et je vois, je vois, je suis avec Claudine, je suis dans la cascade, non mais c'est dingue, et je vois la cascade qui en un millième de seconde se transforme en glaçons (O.K.) et je dis, non c'est pas froid, c'est frais...

Lorsque Marine dit « je suis avec Claudine je suis dans la cascade », elle le dit pour être sûre de bien rester dans le V3 et dans l'évocation du moment du V2 où, avec Claudine, elle évoquait son bain dans la cascade.

84. M. Je suis dans la cascade et dans la cascade, c'est pas froid, parce que quand je dis froid, y a les petites gouttes d'eau super douces et merveilleuses qui deviennent glaçons, et juste quand je dis froid, le temps que je dise froid/frais, hop, elles se retransforment !

...

114. M. Avec Claudine quand je dis « froid/frais », y'a des glaçons, je suis dans la cascade et ça s'arrête et c'est tout doux et comment je sais que c'est tout doux quand je suis avec Claudine. C'est que ... (elle répète « comment je sais que c'est tout doux quand je suis avec Claudine ») c'est que je suis sur cette chaise toute molle... j'suis sur cette chaise toute molle, j'suis avec Claudine ; OK et ça circule jusque dans la base de mon cou... ça circule

Marine dit « je suis dans le froid », et en disant froid, elle voit les petites gouttes d'eau super-douces et merveilleuses de la cascade qui, en un millième de seconde, se transforment en

²³ Une entretien d'explicitation, ou une auto-explicitation, a pour visée la description d'un moment du passé. On parle d'*introspection rétrospective*. On parle d'*introspection actuelle* quand le sujet décrit son vécu en même temps qu'il le vit.

glaçons. Cela modifie son ressenti, et elle se dit que ce n'est pas froid mais que c'est frais ; elle dit « frais » et hop, les petites gouttes d'eau se re-transforment, et quand Marine dit « frais », elle sait qu'elle est dans le vrai, parce qu'il y a quelque chose qui circule à la base de son cou, et que c'est un critère de justesse du mot. Cette découverte la surprend et l'amuse beaucoup. Le mot « froid » ne convient pas ; il transforme ce qu'elle est en train de vivre. Ce ne peut pas être le bon mot, parce que ce ne sont pas des glaçons qui lui tombent dessus, c'est du frais, du frais tout doux, et en prononçant le mot « frais », elle arrête le froid et les glaçons, elle retrouve les petites gouttes d'eau, et c'est juste.

Postgraphie de Marine :

À la relecture de ce moment, le moment de « je ne trouve pas le mot », je retrouve une sensation dans la base de mon cou qui reste en suspens, ça fait un ralenti, je n'entends rien, je ne vois rien, j'attends les gouttes, mais elles n'arrivent pas. Là, c'est le temps qui se déroule lentement pour avoir tous les détails.

Je sais que quelque chose se passe toujours à la base de mon cou quand je parle, c'est un témoin de la justesse de parole, je réalise l'importance de cette sensation, qui régule très souvent mes paroles et mon émotion. C'est ce que j'apprends de moi de cet instant à la relecture : j'affine mes paroles avec cette sensation, il faut que ça circule à la base de mon cou.

Marine a donc un critère pour évaluer la justesse de ses mots, c'est une sensation dans la base de son cou qui doit circuler si le mot est juste.

Pendant le temps d'écriture, nous avons repris un entretien par zoom avec Marine qui a pu faire la synthèse suivante :

Synthèse de Marine :

Nous avons mis à jour quelque chose que je ne savais pas. Le fait de dire le mot « froid » a changé la perception de ce que j'étais en train de vivre. Donc, avec le mot « froid » je n'étais plus en accord avec ce que j'étais en train de vivre pendant l'entretien : il y avait des glaçons. Et quand je dis « le froid » et que je corrige par « le frais », en même temps, il y a l'écriture du mot « froidfrais » dans l'air devant moi. Cela fait un assemblage de lettres avec un « d » au milieu qui ne peut pas être un mot.

Avec votre aide à mettre tout ça en mots, je me rends compte que je jongle souvent entre un ressenti, une écriture et mes verbalisations, et du coup je change très souvent mes mots parce qu'il y a discordance dans ce que je raconte. L'écriture ne fonctionne pas et, en même temps, je suis en suspens parce qu'il y a quelque chose qui doit circuler à l'arrière de mon cou. Je suis en suspens si ça ne circule pas.

Verbaliser pour moi, c'est mettre en concordance les trois choses : verbalisation, écriture d'un mot, circulation à la base de mon cou.

I.3. Ce que cela nous a appris

Nous avons fait une interprétation erronée du sens que Marine mettait dans « je ne trouve pas le mot ». En fait, elle avait trouvé le mot, c'était « frais » qui convenait. « Je ne trouve pas le mot » porte sur « froid/frais » qui ne peut pas être un mot, tel qu'on le définit. La sensation de froid induite par le mot « froid », modifie son ressenti du vécu de la situation ; les gouttes se transforment en glaçons en même temps que la forme des lettres. En corrigeant et en disant « frais », elle retrouve le tout doux, et son critère de justesse pour le mot est que « ça circule derrière, juste dans la base de mon cou ». Avec le mot « frais », ça circule.

En qualifiant de « froid » son ressenti, Marine a modifié son vécu évoqué, elle voit et sent des glaçons, ça ne circule plus, c'est-à-dire qu'elle n'est plus en accord avec elle-même ; le mot

n'est pas juste, et, en revenant à « frais » elle retrouve la bonne sensation, les glaçons disparaissent, ça circule à nouveau, pour elle c'est le mot juste parce que ça circule à nouveau, et elle est en accord avec elle-même. Et le mot qui serait encore mieux, pour rendre pleinement compte de son ressenti, ce serait « frais-doux ».

Nous voyons ici la modification du vécu de Marine, sous l'effet d'un mot qui le qualifie et qui déclenche le remplacement de ce mot par un autre validé par le critère de justesse de ce nouveau mot pour Marine. Le mot « froid » prononcé à haute voix, pendant l'entretien V2, produit un effet perlocutoire²⁴ sensoriel, une modification du ressenti de la situation.

Le critère « ça circule à la base de mon cou » est un critère de justesse du mot pour Marine. Elle a précisé que c'est elle, vraiment elle, que ce critère lui appartient de façon très profonde. On pourrait dire un critère de mienneté du processus de justesse, en se référant à un article de Frédéric Borde²⁵.

« Le concept d'identité personnelle est complexe et aucun point de vue ne recueille actuellement l'unanimité. Si je prends comme base conceptuelle l'identité comme ce en quoi je me reconnais à partir de ma mémoire autobiographique, c'est une définition généralement acceptée (Klein, S. B. and S. Nichols (2012). Se rajoute, pour de nombreux auteurs, l'idée qu'il y a un sentiment d'identité plus profond, qui fonde un sens intime de « mienneté », et qui est pré réfléchi (voir sur ce thème D. Zahavi et toute sa bibliographie). »

Borde, *Expliciter*, 110, p. 37.

II. Protocole de Joëlle

II.1. L'entretien V2

Joëlle est A et Maryse B, Claudine et Marine, observatrices au début, interviendront par moments.

La consigne de départ est donnée par Maryse :

1. Ma. Joëlle ... je te propose de laisser revenir une situation récente où tu as fait plein de choses, où tu as le sentiment d'avoir fait plein de choses. Tu prends tout le temps qu'il te faut.

Joëlle n'évoque tout d'abord pas un moment, mais un état qu'elle connaît quand elle fait plein de choses.

8. J. Je ne trouve pas un moment, mais je trouve un état, ça t'irait ?

Maryse va dans un premier temps à la pêche au spécifié et un moment du vendredi précédent émerge...

II 1. 1. Reconstitution du vécu V1 de A

Joëlle évoque un vendredi où elle cuisine plusieurs plats en même temps. Quand elle a commencé à organiser ce qu'elle avait à faire, une petite voix lui a dit « Tu ne vas pas faire comme d'habitude où tu tires dans tous les sens et tu fais n'importe quoi, désordonné. Tu vas

²⁴ Un effet perlocutoire est l'effet ou l'activité que quelqu'un induit chez son interlocuteur à travers les mots qu'il prononce. Nous les avons étudiés pour analyser ou affiner les effets des relances de B sur A, dans un entretien d'explicitation. Voir l'ouvrage du philosophe anglais, J. L. Austin, *Quand dire, c'est faire*, paru en 1991 chez Seuil. Dans la collection *Expliciter*, sur le site du GREX2, voir les articles de P. Vermersch dans les numéros 64, 71, 76.

²⁵ Borde F., 2016, Le modèle de la « régulation mienneté / agentivité » de Yochai Ataria, *Expliciter* 110, pp. 45-50.

commencer par sortir tranquillement tes ingrédients du frigo ». Elle a commencé par sortir les légumes du frigo sur le plan de travail, puis la grille du four pour mettre les légumes dessus. Sur le plan de travail se trouvent deux types d'aubergines violet foncé, des grosses et des petites.

Elle ressent une agitation interne qui va avec l'agitation externe car elle navigue entre les trois pôles de la cuisine : la table, le plan de travail et la table de cuisson. L'agitation est mesurée. C'est comme s'il y avait quelqu'un en elle qui lui disait « Attention, vas-y doucement parce que tu vas casser quelque chose, tu vas rater quelque chose ». Elle sait que dans ces cas-là, quand elle se met à s'agiter aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur, ça ne va pas. Joëlle s'est arrangée pour ne pas en arriver au point où ça lui prend de l'énergie mais aussi pour que ce qu'elle a à faire soit réussi. Il y a une voix intérieure qui lui dit « Tu vas doucement, tu te calmes, ménage-toi » et du coup ça réduit l'agitation et les gestes sont moins amples. Cette agitation contrôlée se traduit par une sensation au plexus qui est juste comme il faut.

II 1. 2. Déroulé de l'entretien V2

Nous séparons le paragraphe de la *reconstitution du vécu VI* de A (paragraphe II. 1. 1.) de ceux du *déroulé de l'entretien V2* (c'est-à-dire les paragraphes suivants) pour comprendre ce qui se passe. Devant la difficulté de Joëlle à décrire sa sensation, Maryse ramène Joëlle à des informations de contexte, comme les actions dans la cuisine ou la couleur des aubergines. Elle le fait pour rendre plus profonde l'évocation de A, avant de revenir à la description de la sensation. Pour des raisons analogues, les relances sur les dimensions de la boule au creux des mains, quand celle-ci est réduite, focalisent Joëlle sur le geste et l'ajustement de ce geste, première sémiotisation préverbale. Cela ouvre la possibilité de revenir à la description de la sensation. Puis, pour rester dans le thème et faire apparaître le processus de verbalisation, Maryse cherche à obtenir un mot pour la sensation. Elle demande une étiquette, comme si on était en focusing, et cette relance fait émerger le mot « métronome ». Mais revenons au déroulé de V2 dans les détails.

II 1. 3. La sensation et le geste en V2

Quand elle évoque ce qu'elle fait dans la cuisine, Joëlle décrit une agitation contrôlée.

52. J. Oui je l'entends, une voix intérieure qui dit : « attends, tu vas doucement, tu te calmes » et du coup ça réduit un peu l'agitation qu'il y a là.

Joëlle réduit son agitation pour arriver à « juste ce qu'il faut ».

58. J. C'est la sensation qui... est juste comme il faut... ça me fait rire ce que je dis là... Comment dire... elle n'est pas trop forte pour me faire faire n'importe quoi, parce que la petite voix elle me l'a dit « tu sais que si tu fais ça tu vas être crevée » ... Donc c'était du style « ménage-toi » mais...suffisamment importante... pour que je puisse faire

59. Ma. Oui et tu dis, ça réduit la sensation. Moi, je ne sais pas ce que c'est une sensation pour toi...

L'effet de la relance de B sur Joëlle est un début de description de la sensation, en mots et en gestes.

60. J. Alors c'est là (*au plexus*), il y a comme des vibrations.

Et Joëlle place ses mains devant elle, dans un geste qu'elle va conserver et ajuster pendant toute la suite de l'entretien. Elle fait un geste des deux mains au niveau du plexus, ses mains face à face, verticales, les doigts vers le haut, qui s'écartent et se rapprochent, à hauteur du plexus.

Nous obtenons des éléments descriptifs de la sensation : c'est immobile, mais juste avec le rythme qu'il faut, c'est... léger, c'est comme il faut.

87. Ma C'est le rythme de ce que tu as à faire...

90. J. C'est peut-être lié. Ce que je ressens là (*Joëlle fait le geste*) oui c'est peut-être un peu ce qui est à l'origine de ... c'est peut-être un peu ce qui m'aide à guider mes gestes avec le bon rythme... Ah c'est compliqué à décrire !

Joëlle hésite, elle a du mal à répondre, et dit que « c'est compliqué à décrire ». Pour qu'elle entre mieux dans son évocation, et pour obtenir une bonne description de cette sensation « compliquée à décrire », Maryse change de focus et demande la description de quelque chose de plus facile à saisir, la description de ce que fait Joëlle dans la cuisine, en précisant de repartir du début. Elle sait que Joëlle sait très bien le faire.

91. Ma. Est-ce que je peux t'aider en te demandant par quoi tu as commencé ton tricotage ? Par quoi ça a commencé le travail que tu avais à faire sur tes trois pôles, là, à la cuisine ?

95. Ma. Tu peux juste décrire comment ils sont tes légumes sur le plan de travail ?

Joëlle décrit les légumes. Elle parle des aubergines. Et pour qu'elle entre encore plus en évocation, Maryse lui demande :

101. Ma. Tu peux me dire... Si tu regardes les aubergines, comment elles sont ces aubergines ? De quelle couleur ?

101. J. (bis²⁶) Ben...J'allais dire comme une aubergine, mais c'est idiot... Comment c'est... violet foncé là !

Nous repérons ici deux temps d'hésitation, nous y reviendrons en II. 2. 1.

II. 1. 4. « C'est compliqué à décrire »

Maintenant que Joëlle est dans une évocation profonde, les B qui se succèdent peuvent lui demander de décrire la sensation, et obtenir des réponses. Accompagnée par Marine dans un questionnement en sous-modalités, elle décrit ce qu'elle tient dans ses mains. Le geste lui sert de prise sur la sensation pour la décrire.

134. J. Oui mais si je ne mets pas mes mains je ne peux pas vous le décrire

Nous obtenons une description : « c'est pas une boule... une bulle peut-être... Je tiens de l'énergie, c'est léger quand ça tient... Ce qui la tient, l'énergie, c'est pas ferme, c'est doux, c'est tranquille, c'est un peu fadasse, c'est pas blanc c'est pas gris... ça serait peut-être beige, c'est comme une éponge, ces éponges qui sont toutes douces, les vraies, les éponges végétales, [il y a] le bon rythme, à la température ambiante... Et puis cette vibration tranquille, qui donne un rythme, j'ai un lien qui se fait avec les battements du cœur, c'est le battement du cœur qui me convient. Ce n'est pas le battement du cœur qui va m'essouffler ... ce n'est pas le battement du cœur au repos, c'est le battement du cœur tranquille. Je n'arrive pas à dire mieux. »

II 1. 5. Émergence du mot « métronome »

Maryse a en tête que nous voulons accéder à la description d'un processus de verbalisation. Alors elle cherche un moyen de lui faire nommer cette sensation. Or en PNL ou en focusing, dans ce cas, on demande une étiquette. Cela lui apparaît comme une ressource intéressante. Elle tente.

172. Ma. ...Qu'est-ce qu'il pourrait y avoir d'autre pour bien la comprendre ? Qu'est-ce que tu pourrais nous dire d'autre ?

Silence

²⁶ Erreur de numérotage !

173. J. C'est, c'est... je ne sais pas dire...

174. Ma. Tu sais pas dire... Et si on était dans une séance de focusing et que je te demande de mettre une étiquette sur cette chose ? Tu mettrais quoi comme étiquette ?

175. J. Je mettrais l'étiquette métronome.

Et là, nous sommes stupéfaites par la rapidité de l'émergence du mot « métronome », et par l'absence de rapport évident avec ce qu'est en train de dire Joëlle (même si, après coup, nous pouvons penser que nous aurions pu faire le lien entre le bon rythme accordé aux battements du cœur et le métronome. Ce lien, évident pour Joëlle, l'était moins pour les autres qui n'avaient pas toutes compris l'importance du « bon rythme »).

L'émergence de ce mot « métronome » constitue un insensé du point de vue des B car le mot les a étonnées et la rapidité d'émergence également. D'autre part le mot « métronome » a fusé sans que Joëlle ne fasse quoi que ce soit ni ne cherche à ajuster le mot (selon son témoignage qui viendra plus tard). Nous l'avons considéré comme un N3, c'est-à-dire comme venant du « niveau de la pensée qui s'opère de façon infra consciente ».²⁷ Nous devons le travailler ultérieurement pour mettre à jour le schème sous-jacent à l'émergence de ce mot et rendre ainsi intelligible la réponse émergente de Joëlle et élucider sa conduite dans la situation spécifiée évoquée.

Dans la discussion qui suit le V2, Claudine rappelle qu'il s'est passé quelque chose quand Maryse a demandé la couleur des aubergines : Joëlle n'a pas répondu tout de suite ; elle a dit qu'elle voyait l'aubergine mais qu'elle n'arrivait pas à trouver la couleur. Violet foncé ne lui convenait pas, mais elle a pensé que Maryse comprendrait. Nous avons donc repéré trois moments à travailler en V3 : le « c'est compliqué à décrire » ; l'émergence du « métronome » ; le « violet foncé » comme couleur des aubergines au moment où Joëlle décrit les légumes posés sur le plan de travail.

II.2. L'entretien V3

Joëlle est A, Marine B

II. 2. 1. La couleur des aubergines

C'est un exemple de la façon dont se fait la mise en mots, même si elle n'est pas difficile, une mise en mots obtenue par une fragmentation poussée.

Nous avons vu, au paragraphe II.1.3., que, lorsque Joëlle décrit les légumes et parle des aubergines, Maryse la relance pour qu'elle entre encore plus en évocation :

101. Ma. Tu peux me dire... Si tu regardes les aubergines, comment elles sont ces aubergines ? De quelle couleur ?

101. J. (bis²⁸) Ben...J'allais dire comme une aubergine, mais c'est idiot... Comment c'est... violet foncé là !

Nous avons décidé à la fin du V2 de revenir sur cette réplique en V3 parce que les observatrices avaient repéré ces deux temps d'hésitation et parce que Joëlle a commencé à donner des informations dans la discussion qui a suivi l'entretien.

Mais en fait, nous avons oublié de revenir sur ce moment pendant le V3, et Joëlle nous en a reparlé hors enregistrement, sans doute pendant un repas. Nous lui avons donc demandé de se

²⁷ Vermersch P., 2014, Description et niveaux de description, *Expliciter* 104, pp. 51-55, sur le site du GREX2.

²⁸ Erreur de numérotage dans le protocole !

mettre en auto-explicitation pendant l'écriture de l'article, afin de récupérer cette information non enregistrée.

Auto-explicitation de Joëlle :

Je suis tournée vers les légumes de mon plan de travail, je viens de nommer les aubergines, je suis prête à tourner mon attention vers ce que je fais. Maryse me demande la couleur des aubergines, je suis surprise, cela me dérange, je me dis « pourquoi elle me demande la couleur des aubergines la réponse est évidente ! », puis je me dis qu'elle doit avoir une bonne raison et j'accepte sa question. C'est alors que me viennent en mémoire d'autres aubergines que l'on m'a données la veille : il y en a des blanches et des rayées roses. Je comprends que la couleur des aubergines de mon plan de travail n'est pas évidente et je cherche un mot pour désigner la couleur des aubergines du plan de travail. Qu'est-ce que je vais lui dire comme mot ? Je suis focalisée sur une aubergine du plan de travail et en même temps dans ma tête défilent des petits carrés de couleur : un blanc, un rose, je me dis ce n'est pas ça, puis le mot violet émerge, je vois comme une trace de pinceau de couleur violette qui se met à côté de l'aubergine que j'ai au focus. La trace de pinceau est plus claire et plus vive. Je dis « violet foncé » mais cela ne me satisfait pas, car ce n'est pas assez précis pour indiquer la couleur exacte. Marine dit : « c'est aubergine ». Cela me fait rire et j'acquiesce. Je ne trouverai pas mieux.

II. 2. 2. « C'est compliqué à décrire... »

En V3, Joëlle a besoin de beaucoup d'accompagnement pour retrouver le moment où elle agite la tête et dit « c'est compliqué à décrire ». Elle se revoit faire le geste, c'est compliqué parce qu'elle n'a pas encore saisi le truc, les mains ne sont pas au bon endroit.

41. C. Quand tu dis « c'est compliqué à décrire » là, juste à ce moment-là, qu'est-ce qui t'apparaît à toi ? Qu'est-ce qu'il y a dans ta tête ou qu'est-ce qui t'apparaît à toi, qu'est-ce que tu perçois ?

Silence (10 secondes)

Avec l'accompagnement de Claudine, Joëlle peut déplier ce qu'elle dit quand elle dit « c'est compliqué », « c'est le foutoir, c'est compliqué, c'est mélangé dans ma tête, je ne peux pas attraper ce qu'on me demande, c'est compliqué, tout mélangé, il y a beaucoup de choses, il n'y a rien de précis, c'est diffus... C'est comme si j'avais rien de précis à donner ».

53. C. Et donc Maryse te lance une question et tu lui réponds que c'est au niveau du plexus quand elle te demande dans ton corps où c'est, tu dis « c'est au niveau du plexus »

58. J. Et bien j'avais quelque chose à attraper, c'est comme si Maryse m'avait demandé où porter mon attention. Je sais où porter mon attention, j'ai envie de dire « j'ai des poignées pour l'attraper ».

Maryse prend la main.

60. Ma. ... Et qu'est-ce qui se passe pour que tu arrives à attraper ce que tu veux décrire même si tu n'as pas encore les mots pour le dire mais là, entre le moment où ça commence vraiment à exister pour toi

62. J. Ben c'est le geste des mains qui m'a...

66. J. C'est le fait de passer par les mains, passer par les sensations.

67. Ma. Est-ce que tu peux nous décrire l'effet de passer par les mains, de resserrer les mains sur ta capacité de décrire cette chose-là ? En quoi le fait de passer par les mains t'aide à ce que ce soit moins compliqué ? Qu'est-ce qui devient plus facile ? Quand tu resserres avec les mains ? Quand tu as le geste ?

68. J. Ben je l'ai attrapé...ça tourne tout autour du verbe attraper. Je le tiens.
Puis Joëlle confirme ce qu'elle attrape, elle attrape le bon niveau de vibration dans ses mains.
69. Ma. Tu as attrapé quoi ? Qu'est-ce que tu as attrapé ?
69. J. Ben la fameuse... Les vibrations là
70. Ma. Tu as attrapé les vibrations dans tes mains
71. J. Oui
72. Ma. Tu les sens
73. J. Non je ne les sens pas dans mes mains... mais... j'ai comment dire ? J'ai attrapé le contenant ... pas le contenant le ... J'ai attrapé le bon niveau de vibration, en fait c'est comme si c'était une jauge mes mains
74. Ma. Est-ce que c'est au niveau du volume ou plutôt de la vibration ou autre chose ?
75. J. C'est au niveau du volume
76. Ma. Donc tes mains sont dans la bonne position pour tenir cette chose. Tu la contiens dans tes mains.
77. J. Voilà au niveau du volume et le fait de l'avoir dans les mains ça me permet...
78. Ma. Alors qu'est-ce que ça change ? Qu'est-ce qui change dans la boule entre le moment où tu as la bonne position des mains et avant où tu as « c'est compliqué à décrire ». Qu'est-ce qui change ?
79. J. Avant c'est diffus, c'est comme si ça n'existait pas
80. Ma. Tu as quand même la sensation puisque tu n'en as pas, tu as dit « une sensation »
81. J. Oui mais le fait d'avoir les mains me fait garder la sensation, me fait avoir... J'ai la sensation au focus. Je suis sur la sensation alors que quand je dis « c'est compliqué » j'ai l'impression qu'il y a plein de trucs dans ma tête.
82. Ma. Est-ce qu'on pourrait dire que ça t'aide à fixer ton attention sur la sensation ? Est-ce que c'est ça ?
83. J. Oui c'est ça
84. Ma. Donc ça t'aide à fixer l'attention, c'est toujours compliqué à décrire, mais tu peux y faire attention, le saisir. Tu peux envoyer ton rayon attentionnel dessus...
85. J. Oui et ce qui est très très important, c'est de trouver le bon endroit des mains.

Postgraphie de Joëlle :

Chaque main est à mi-chemin entre le milieu et le bord du tronc. C'est l'endroit où je sens que j'ai la sensation au focus.

86. Ma. D'accord

87. J. Le bon endroit des mains c'est ce qui va me permettre d'avoir la description précise de... comment dire... de la bonne vibration, celle qui est juste pour que je sois juste dans cette posture que j'ai décrite, c'est-à-dire celle qui va me permettre de décrire, celle qui fait les choses sans s'épuiser de manière correcte satisfaisante et qui la ressource.

88. Ma. Mais quand tu dis « c'est compliqué », est-ce que j'ai le droit d'interpréter « je ne sais pas le décrire » ? Est-ce que c'est ça que ça veut dire ?

89. J. Ben oui

90. Ma. Tu n'as pas de mots pour le décrire

91. J. Je ne peux pas

92. Ma. Tu ne peux pas

93. J. Là c'est certain que j'ai besoin d'aide
 94. Ma. À partir du moment où tes mains ont la bonne position tu peux fixer ton attention dessus
 95. J. Mais ça suffit pas
 96. Ma. Est-ce que les mots, ils arrivent ?
 97. J. Non. Il me faut les questions en sous-modalités de Marine
 98. Ma. D'accord
 Claudine prend la main
 99. C. Et quand tes mains se mettent au bon endroit, comment tu sais que c'est là ?
 100. J. Ah c'est extraordinaire ce truc là parce que je ne sais pas, mais en tout cas, mes mains elles savent.

Joëlle décrit qu'elle est en train de répondre aux questions de Maryse, d'agiter la tête, de dire « c'est compliqué », et de faire un geste avec ses deux mains au niveau du plexus, là où elle ressent une sensation. C'est mélangé dans sa tête, c'est diffus. Elle ne peut pas attraper ce qu'on lui demande, comme si elle n'avait rien de précis à donner. Une relance de B lui permet de localiser la sensation au plexus, et de la sémiotiser par le geste ; une autre relance lui demande si c'est réduit, car elle nous a dit qu'il faut réduire pour contrôler l'agitation. Elle fait des essais avec ses mains en les écartant horizontalement et en les rapprochant. Elle n'a pas encore saisi l'objet qu'elle va décrire ; elle ne sent pas ses mains au bon endroit. Elle ajuste ses mains, les resserre. Elle attrape le bon niveau de vibration comme si ses mains étaient une jauge et ses mains s'arrêtent au bon endroit. Ce qui est très important c'est d'avoir le bon endroit pour ses mains, ce qui va lui permettre d'avoir la description précise. Ses mains savent et quand elles s'arrêtent, c'est juste au bon endroit, au millimètre près, pour la bonne vibration, le bon rythme, sans que Joëlle puisse dire comment elle le sait : ce sont ses mains qui le savent. Toutefois les mots n'arrivent pas. Elle a besoin d'aide. Ce sont les questions de Marine en sous-modalités qui l'aident à verbaliser.

II. 2. 3. L'émergence du mot « métronome »

Maryse propose ensuite à Joëlle de faire comme si on était en focusing. Elle demande à Joëlle quelle étiquette elle pourrait mettre sur cette chose-là. Elle se dit « ah tiens je n'y avais pas pensé ». Elle débranche la tête comme en focusing, se centre sur le rythme des vibrations de la sensation. Le mot « métronome » émerge et l'image d'un métronome mécanique lui arrive.

II. 2. 4. La recherche du schème sous-jacent

Dans un deuxième entretien V3, nous avons considéré le mot « métronome » comme un N3, un insensé pour B. C'est ce qui donne l'idée à B du questionnement en « qui » pour découvrir le schème sous-jacent, ou N4.

8. J. Je m'entends dire le mot et je vois immédiatement, j'ai l'image d'un métronome qui arrive
 9. C. Tu as l'image d'un métronome qui arrive. Il est comment ce métronome ?
 10. J. Il est normal. C'est pas le métronome électronique
 11. C. C'est le vrai métronome
 12. J. Et en même temps je m'entends dire « c'est rigolo parce que celui que j'ai à la maison c'est le petit truc électronique plat et rectangulaire » Je me dis ça en même temps...
 13. Ma. Et qui tu es quand tu te dis ça en même temps que le mot « métronome » arrive ?

Question de Joëlle :

Maryse, tu pourrais dire ce qui a déclenché cette question ? Comment as-tu su que c'était le moment de commencer le questionnement en « qui » pour aller vers la phase hors entretien de la recherche du schème ?

Réponse de Maryse :

Le mot « métronome » était le produit d'une émergence. J'avais en tête d'arriver à la « chaîne des qui ». Je guettais le bon moment. Quand Joëlle parle du petit truc électronique, elle évoque implicitement, par contraste, celui qu'elle a vu, ce n'est pas un métronome électronique, c'est donc un métronome ancien, de ceux qui étaient en bois. Il y a donc pour elle deux situations de référence, l'une où elle voit le métronome moderne et une autre où elle voit l'ancien, donc il y a référence au passé. J'ai tenté de connecter Joëlle avec ce passé !

13. Ma. Et qui tu es quand tu te dis ça en même temps que le mot « métronome » arrive ?
(Silence 8 s).

14. J. Je suis celle qui met le mot juste (*en riant*).

15. Ma. Oui tu es celle qui met le mot juste et qui tu es quand tu es celle qui met le mot juste à ce moment-là quand le mot « métronome » arrive et que c'est pas le même qu'à la maison ?

16. J. Je suis celle qui respecte le rythme.

17. Ma. Oui quand tu es celle qui respecte le rythme qui tu es ?

18. J. Euh...

19. Ma. Tu es celle qui respecte le rythme celle qui met le mot juste tu es celle qui respecte le rythme

20. J. Je sais pas trop là, euh... C'est fou parce que j'ai besoin de bouger mes pieds en même temps et j'ai le même rythme

25. Ma. Et quand tu respectes le rythme comme ça et que tu fais le geste avec ton pied tu es qui Joëlle ?

26. J. Ce qui me vient c'est la musicienne

27. Ma. C'est la musicienne ok. C'est la musicienne c'est celle qui respecte le rythme, c'est la musicienne... et qui tu es là quand tu es la musicienne qui respecte le rythme et qui le manifeste avec ses pieds ses genoux, ses cuisses ?

Long silence

29. J. Ce qui me vient c'est celle qui est unifiée. C'est-à-dire que si je n'ai pas ce rythme-là ce n'est pas unifié, ce n'est pas moi.

Silence 10 s.

30. Ma. Et qui tu es quand tu es celle qui est toi ? Qui est unifiée ?

31. J. Ah ben c'est moi (ton affirmatif), c'est moi, c'est moi, je ne peux pas dire mieux. Oui c'est moi, oui le moi profond.

Discussion en « mine de rien » qui amène Joëlle à préciser.

35. J. La musicienne, c'est pas le bon mot, c'est plutôt celle qui sait... Musicienne ça ne me convient pas, je ne suis pas musicienne. Par contre, oui, je sais suivre le bon rythme ... Il y a des scènes qui me viennent.

Maryse reprend :

36. Ma. Il t'en vient une ?

Maryse cherche une scène spécifiée, parmi « les scènes qui viennent » qui devraient avoir toutes la même structure (hypothèse qui se vérifie). D'où la relance « Il t'en vient une ? ». Cette relance remplace le « depuis quand ? ».

Postgraphie de Maryse :

Je demande une scène spécifiée parmi toutes celles qui viennent pour en spécifier une, en faisant l'hypothèse, que, par association²⁹, Joëlle va trouver une scène du passé de même structure que celle qu'elle a décrite.

En fait, mon schème (celui que j'ai construit par une pratique répétée de demander « Depuis quand ? » à la fin de la « chaîne des qui ») s'est déclenché à ce moment-là, à mon insu, sous une forme adaptée au déroulement de cet entretien. Je pense que c'est « Il y a des scènes qui me viennent » qui en a été le déclencheur. Il y a des scènes qui reviennent à Joëlle pour suivre le bon rythme, donc son comportement est installé depuis un certain temps. Et la relance qui suit (36. Ma. Il t'en vient une ?) coule de source. Elle remplace le « Depuis quand ? ». Nous pourrions ainsi obtenir une description de la scène et la comparer à la scène de la cuisine pour en trouver la structure commune et en inférer le schème.

La cohérence du questionnement de l'explicitation est dans le passage du général (« il y a des scènes ») au spécifié (« il t'en vient une ? »). La recherche de spécifié se substitue au « Depuis quand ? ».

Une description sommaire de la scène qui vient du passé est donc nécessaire pour que nous puissions ensuite la comparer avec la scène de la cuisine.

36. Ma. Il t'en vient une ?

37. J. Oui oui

38. Ma. Quoi par exemple ?

39. J. Alors, ce n'est pas une scène de suivi de rythme, alors ça n'irait peut-être pas mais... je suis le bon rythme c'est quand j'ai appris à danser avec mes parents, c'est évident toute petite...ça oui ça colle mieux

40 Y a une scène...Tu peux décrire un petit peu ce qui se passe ?

A41 Oui je vois des scènes, une en particulier où je danse avec ma mère dans une réunion quelconque où je suis le rythme de tout le monde, oui je suis le rythme... J'ai une flopée de scènes de danse qui m'arrivent là.

42. Ma. Oui il y a toute une classe de situations

43. J. Voilà et c'est les scènes...C'est des moments où effectivement tout est...accordé c'est-à-dire le rythme, la musique et moi. Je suis dedans et tout est parfait

...

72. Ma. Oui, mais quel est le déclencheur du mot métronome ? C'est le bon rythme ? Je cherche à savoir qu'est-ce qui fait arriver le mot métronome...

73. J. C'est ta question « étiquette ».

74. Ma. Qu'est-ce que tu déclenches comme schème pour que le mot métronome arrive tout seul ?

²⁹ Vermersch P., 2017, Au-delà des limites de l'introspection descriptive : l'inconscient organisationnel et les lois d'association. *Expliciter*, 114, pp. 1-17, sur le site du GREX2.

Remarquons ici que les relances 72. Ma. et 74. Ma. auraient pu être remplacées par « qu'est-ce que tu fais dans cette scène ? Comment tu le fais ? ». Cette relance serait plus efficace. Ici, l'effet perlocutoire attendu a été obtenu parce que Joëlle connaît le principe de recherche du schème. L'idée est d'obtenir une description de l'action dans la scène de référence pour la comparer à l'action qui a été décrite dans la scène étudiée.

75. J. Eh ben, je débranche la tête et je me laisse porter... et pour me laisser porter, il faut que tout soit réuni.

Nous n'avons pas relancé Joëlle pour savoir ce qu'elle fait quand elle débranche la tête. Elle nous le dit en auto-explicitation pendant l'écriture.

Auto explicitation de Joëlle à propos de l'acte de débrancher la tête :

Je suis en train de chercher à décrire la sensation que j'ai entre les mains, je viens de dire que c'est comme une éponge végétale et ma préoccupation est de vraiment me faire comprendre, je suis en attente d'autres questions en sous-modalités. Maryse intervient et j'entends « focusing », je suis surprise, je me dis que c'est une bonne idée et immédiatement je me mets en mode « focusing » : je lâche l'idée de me faire comprendre, je laisse venir, je fais confiance à ce qui va émerger et j'attends. Je ne suis plus tournée vers les questions des B, je garde la sensation dans mes mains mais je ne la regarde plus, je regarde « avec mes oreilles » prête à accueillir ce qui va émerger, le mot que je vais prononcer que je ne connais pas encore. Maryse prononce « étiquette » mais comme je me suis déjà mise en projet de laisser émerger un mot qui corresponde à mon vécu, celui-ci sort immédiatement.

En résumé : Joëlle cherche à répondre aux questions pour décrire sa sensation. Elle n'y arrive pas, c'est compliqué dans sa tête. Elle tâtonne avec ses mains autour des vibrations au niveau du plexus. Maryse dit « focusing » : Joëlle débranche la tête et se branche sur le rythme de la sensation qui correspond à son état interne, en ajustant ses mains. Le mot « métronome » qui émerge traduit le fait qu'elle active cette instance en elle qui sait se laisser porter par le rythme depuis toute petite lorsqu'elle apprenait à danser avec ses parents. Tout est alors accordé, unifié, elle est dedans, tout est parfait³⁰.

II. 3. Ce que cela nous a appris

Quand Joëlle dit : « c'est compliqué », elle n'a pas encore attrapé la sensation en pensée, en attention, donc aucun moyen de décrire cette chose, non contenue, non localisée. À partir du moment où, par le geste, elle la fait exister, elle la localise et elle a un diamètre ; elle peut non pas la décrire mais au moins s'y intéresser, la saisir, commencer à fixer son attention. Le geste est aidant pour attraper l'objet d'attention.

Et la relance « Et quand tes mains se mettent au bon endroit comment tu sais que c'est là ? » a rejoint son identité profonde. Mais elle n'a pas mis des mots dessus, donc là on a un exemple d'information qui, dans l'entretien n'a pas été verbalisée et est restée au niveau du geste.

Le schème permet de comprendre comment Joëlle fait pour respecter son identité profonde. Cela apporte une information supplémentaire pour élucider sa conduite afin de réaliser plusieurs choses en même temps sans s'épuiser.

³⁰ Pour un article de synthèse avec des exemples de questionnement en « qui » et de recherche de schème, voir la partie III, pp. 34-38 dans l'article Maurel M., Martinez C., Crozier J., 2018, Pratique de l'introspection indirecte. Accès à l'intelligibilité d'une expérience. Protocole de l'université d'été 2017. *Expliciter*, 119, sur le site du GREX2.

Pour conclure cette partie, nous reprenons la reformulation du schème activé dans la cuisine pendant que Joëlle préparait ses plats (reformulation faite et validée par Joëlle) :

Au moment où elle a plusieurs choses à faire en même temps, afin de ne pas s'épuiser et réussir ce qu'elle a à faire, Joëlle active en elle celle qui se laisse porter par le rythme tranquille du cœur qui respecte son identité profonde, comme elle sait le faire depuis qu'elle a appris à suivre le rythme quand elle a appris à danser avec ses parents. Cela se fait tout seul. Son corps sait faire.

Conclusion

Ces entretiens se voulaient exploratoires au vu du peu de choses que nous connaissons sur le thème du processus de verbalisation. Quand nous parlons, nous avons rarement conscience de choisir nos mots. Nous parlons, les mots arrivent, nous sommes dans l'évidence. Mais Pierre nous a appris à questionner l'évidence. Nous avons présenté ici quelques petits pas vers le questionnement de l'évidence de la production des mots qui se présentent pour constituer nos verbalisations et nos descriptions. Nous avons repéré des moments particuliers où il y avait quelque chose à décrire. Le dispositif d'entretien V2, V3, nous a servi de loupe et/ou de révélateur.

Qu'avons-nous mis à jour à propos du processus de verbalisation ?

Il faudrait créer des catégories pour classer tous les cas qui peuvent se présenter. Nous en avons relevé quelques-unes : sémiotisation préalable par un geste qui aide le maintien en prise ; description sensorielle ; émergence d'un mot ; ajustement à la réalité représentée ; essai par comparaison.

Pour les mots qualifiant une sensation, c'est comme pour les odeurs, l'exercice ne nous est pas familier, nous manquons de vocabulaire. Joëlle a trouvé la réponse dans son inconscient pour une sensation spécifiée qui décrit un état interne associé à une activité. Pour la description de la sensation de Joëlle, il semble y avoir trois étapes : une première sémiotisation d'une sensation au plexus avec un geste qui lui sert ensuite à maintenir la prise sur cette sensation ; une deuxième avec des mots désignant les sous-modalités sensorielles qui conviennent, et enfin une troisième avec un mot symbole, un mot étiquette, un mot N3, le mot « métronome ». Il y a un processus de sémiose³¹ chez Joëlle : elle parle d'une sensation au plexus, « compliquée à décrire » et fait un geste qui est le premier représentant de la sensation ; ensuite, sous l'effet de l'entretien, elle en donne une description verbale en sous-modalités qui est le deuxième représentant ; puis, en réponse à la demande d'une analogie avec le focusing, Il lui arrive un mot, qui s'impose à elle instantanément, mot qui est le troisième représentant, et enfin avec la « chaîne des qui », elle nous donne le sens du mot, un schème de conduite (N4).

Pour Marine, il y a eu remplacement d'un mot qui ne convenait pas par un autre mot qui convenait. Marine a ajusté grâce à des images qu'elle a confrontées à la réalité de ce qu'elle ressentait.

Pour la couleur des aubergines, Joëlle a procédé par comparaison avec une « trace de pinceau imaginaire ».

³¹ Vermersch P., 2009, Notes sur la sémiose et le sens : l'exemple du focusing, *Expliciter*, 79, pp. 24- 41, sur le site du GREX2.

Nul doute qu'il y a d'autres catégories à découvrir et à construire pour donner une suite à cette première exploration.

Il est intéressant de noter que, dans certains des cas que nous donnons, l'interprétation des mots de A par B et par les observatrices, pourtant d'accord entre elles, n'est pas conforme au sens que A y a mis.

Nous tenons aussi à relever l'importance de la formation et de la transmission concernant les travaux d'analyse des protocoles, au sein du GREX, en particulier pour ceux de l'université d'été, puisqu'ils constituent le creuset de notre recherche sur l'explicitation. Il est important de les écrire pour les publier, afin de garder des traces de nos travaux des universités d'été et d'avoir ainsi un réservoir utilisable pour des réflexions et des questionnements ultérieurs. Nous indiquons ici notre méthode puisque maintenant, nous avons publié un certain nombre de protocoles analysés, les premiers avec l'accompagnement de Pierre, puis sans son aide. Il n'y a aucune intention prescriptive dans ces énoncés. Nous tenons simplement à rendre compte des fruits de notre expérience et des savoir-faire transmis par Pierre.

Pour extraire des informations intéressantes d'un enregistrement réalisé en université d'été, nous avons toujours commencé par transcrire le ou les protocoles ; dans le cas où l'analyse porte sur un V3, il est important de transcrire le V2, de faire le récit du V1 et le déroulé de l'entretien V2 pour bien se repérer. Il est judicieux de faire aussi le déroulé de l'entretien V3, pour la même raison. L'étape suivante consiste à lire, relire, et encore relire ces protocoles, « jusqu'à les savoir par cœur » disait Pierre. Il est important de noter pendant la transcription et pendant les multiples lectures tout ce qui nous vient en tête, même si nous ne savons pas quel usage nous en ferons (application des lois d'association). Ce travail de transcription et de relecture se fait avec un objectif : répondre à une question de recherche. Cette question doit donc être formulée clairement, au préalable, ou en cours de traitement quand l'entretien est plutôt exploratoire. Dans tous les cas, il y a un objectif minimal qui est d'élucider le plus complètement possible la conduite de A dans le V1 spécifié, visé dans l'entretien. Selon les conseils de Pierre, après le travail de transcription que chacun et chacune fait à sa guise, il ne s'agit pas de fournir un travail long et intense, mais des visites régulières quotidiennes au protocole, ou du moins fréquentes, sur une durée la plus longue possible, dans un maximum de lâcher-prise, pour accueillir ce qui vient, en retrouvant le lien intuitif au vécu, et de prendre des notes.

Nous tenons ici à faire une remarque qui n'avait pas été formulée auparavant, et dont nous n'avons donc pas discuté avec Pierre. Il s'agit de relever l'importance de l'intersubjectivité dans le travail que nous avons présenté dans cet article. La participation de A est précieuse. Le lien intuitif à son vécu est réactivé à chaque relecture. A peut compléter le protocole par des auto-explicitations. C'est A qui évalue la justesse des analyses et des conclusions en accord avec son vécu. En particulier lorsqu'il s'agit de formuler un schème, seul A peut valider que cela correspond à son vécu et ceci au mot près. B est garant de l'objectivité et de la rationalité. Il peut aussi, en relisant, réactiver son lien intuitif au vécu de l'entretien et valider ou critiquer la pertinence de ses relances. Il peut également y avoir dialogue entre les co-auteurs, dialogue où l'intersubjectivité entre en jeu.

Nous en donnons un exemple :

Postgraphie de dialogue entre Joëlle et Maryse :

Ma : Je ne t'ai pas demandé la couleur en pensant à toutes les couleurs possibles pour les aubergines, mais pour t'envoyer plus profond dans ton évocation, pour que tu

fonctionnes par associativité en te redonnant du contexte sensoriel. C'est de la technique d'entretien.

J : Ben oui, mais moi je cherchais à répondre à ta question et te faire comprendre comment étaient ces aubergines. C'est quand j'ai vu dans ma tête les aubergines blanches et violettes que j'ai compris que tu ne pouvais pas deviner la couleur des aubergines de mon plan de travail, et c'est à ce moment-là que le défilé de couleur dans ma tête a commencé.

Ma : Ce que tu dis est très intéressant pour la recherche du mot le plus adéquat possible. Donc tu étais bien présente à ton vécu, j'ai atteint mon but ! Car la couleur des aubergines ne m'intéressait pas vraiment, mais que tu sois bien en évocation pour saisir ta sensation et la décrire et à terme la nommer, ça oui.

J : Rigolo cette histoire : j'étais tellement présente à mon vécu que je n'ai pas vu ton objectif d'accompagnement en évocation plus profonde.

Nous tenons aussi à témoigner du caractère magique de voir émerger sur l'écran des pensées non présentes au début du travail : le seul effort à faire est de se mettre devant l'ordinateur, de lire, de relire et de laisser venir ce qui a travaillé tout seul pendant qu'on lit ou qu'on fait autre chose, dans le travail de l'inconscient et sous l'effet des lois d'association.

Pour nous, le temps passé pour la formulation du schème et son écriture juste, au mot près, a toujours été assez long, non pas en intensité, mais en durée. Cela passe par de nombreuses relectures du protocole par A, par des temps de « décantation » où A fait confiance à ce qui va émerger, par des temps d'écriture du schème et d'ajustement des mots pour le dire. Cela nous paraît incompressible.

D'où la question :

Est-ce que quelqu'un peut faire ce travail d'analyse en troisième personne ? Nous n'en sommes pas sûres ; il nous semble qu'il y a un lien direct avec une expression en première personne. Il y a des informations complémentaires que seul A détient ; il y a des critères de justesse que seul A peut vérifier. Il nous semble évident que l'on ne recueille jamais toutes les informations utiles dans le cours de l'entretien.

Postgraphie de Marine :

Bien d'accord avec vous : A n'est compris qu'à travers les filtres de B et C et le gros boulot est de toujours continuer à questionner jusqu'à élucider. Et quand A découvre quelque chose grâce à ce questionnement, c'est une richesse incroyablement étonnante. Le boulot de A sur la relecture est vraiment important, J'en ai pris conscience et vous n'avez rien lâché de cette organisation que je découvre avec vous.

Nous espérons discuter de tous ces points avec vous au prochain séminaire.

Nous tenons à remercier nos relecteurs, Pierre-André, Mireille et Frédéric, à leur demande, nous avons précisé quelques points qui étaient restés dans le flou.

Mireille sera absente au prochain séminaire. Elle nous a autorisées à citer son mail :

Comme je te l'ai dit, j'ai été intéressée par votre article. J'ai pointé que vous accompagnez la recherche du mot qui est juste pour le vécu de la sensation. Et évidemment, ça me titille du côté de Cyrulnik, notamment à la lecture du livre « De chair et d'âme », avec le focus pour moi de l'inconscient cognitif.

Selon cet auteur, il pensait que le concept apparaît en 1987. Voici ce qu'il écrit dans le chapitre à propos des deux inconscients, le psychanalytique et le cognitif.

« Le grand problème à démêler sera celui de la différence entre l'inconscient des psychanalystes et le non conscient des cognitivistes. Dans le modèle hydraulique freudien, les forces bouillonnantes venues des pulsions du ça sont insupportables pour le sujet parce qu'elles sont inacceptables par son milieu. Alors, il les verrouille grâce au Surmoi, et c'est de cette répression que naissent les symptômes qui s'échappent par la soupape du Moi. » p.124 Vous remarquez que dans ce chapitre intitulé Les deux inconscients, Cyrulnik utilise plutôt l'expression « le non conscient ».

Pour développer son propos, il prend la piste de l'attachement et intitule le chapitre Mémoire préhistorique et souvenirs interdits.

Le non-conscient de l'attachement ne vient pas d'un conflit intrapsychique. Il s'enracine dans un couple d'opposés où la peur du monde extérieur inconnu souligne l'effet apaisant d'une figure connue et provoque l'attachement. Sans frayeur de l'inconnu associé à la familiarité sécurisante, l'attachement ne se tisse pas. Un enfant privé de base de sécurité n'a personne à qui s'attacher. Tout comme celui qui est privé de frayeur n'a pas de raison à s'attacher. Le conflit n'est pas intrapsychique, la guerre se joue entre monde extérieur qui s'imprègne sous forme de traces cérébrales dans le monde intime du sujet. Cette mémoire sans souvenirs crée en nous des sensibilités préférentielles et des habiletés relationnelles non conscientes, une sorte de mémoire du corps. On peut considérer que ces traces, le premier frayage dont parlait Freud, sont « de type effraction, traumatique. Il s'effectue par l'action d'excitations fortes venues du dehors. » Cette mémoire préhistorique n'a pas besoin de refoulement pour empêcher les souvenirs. Les évocations ne sont pas interdites de venir en conscience puisque, à ce stade du développement, l'empreinte est synaptique, en pleine matière cérébrale. Proche de ce que les neurologues appellent aujourd'hui « mémoire implicite » ou préconsciente, c'est une mémoire biologique à laquelle Freud ne serait pas hostile, lui qui a clairement parlé de « l'enfouissement des perceptions (...) (où) la surface première d'inscription devient le noyau du psychisme. Le contexte scientifique du début du XXème siècle ne lui apportait pas la notion de synapse qui l'aurait aidé à préciser sa pensée. Mais ses connaissances en neurologie et ses lectures de Darwin lui permettaient de côtoyer la notion d'empreinte où : « pour le psychisme, la biologie joue le rôle du roc en dessous ». Il y a donc deux types de mémoires inconscientes : l'une sans souvenirs possibles, l'autre sans souvenirs rappelés. Une mémoire imprégnée dans le « roc biologique » caractérise l'inconscient cognitif. Elle est constituée de traces mnésiques venues d'informations extérieures, elle donne au monde perçu une connotation affective. Elle est prépsychanalytique. L'autre mémoire est constituée de souvenirs non utilisés afin de ne pas altérer l'image de soi et de ne pas risquer de rejet relationnel. Elle est psychanalytique et pourrait définir le refoulement. L'inconscient cognitif donne un goût au monde, et

l'inconscient freudien, en empêchant certains souvenirs de venir en conscience, explique pourquoi un grand nombre de personnes sont soumises à la répétition. Il s'agit de « deux logiques d'inscription différentes » qui pourtant participent à la construction du monde psychique d'une même personne. » p.124 et125

Le questionnement de Marine comme je le comprends s'oriente vers la mémoire cognitive avec des résonances qui émergent dans/de l'inconscient cognitif. C'est passionnant, non ? Cette pratique met en lumière, selon moi, la pertinence de l'intersubjectivité dans l'après-coup de la description et le travail de résonance qui ouvre encore le champ de la compréhension du sujet par lui-même.

Mireille Snoeckx

Accompagner la description d'un lâcher-prise

Compte-rendu de l'Université d'été 2021

Isabelle Danet, Marie-Hélène Lachaud, Patricia Rottement

Nous proposons ici un travail que nous n'avons pas eu le temps d'achever. Nous faisons le choix de le présenter en l'état pour une discussion en séminaire le 10 juin. Il pourra ainsi laisser une trace, même incomplète, pour la prochaine université d'été. Nous comptons sur les échanges du prochain séminaire pour mettre en discussion cet article et permettre d'aller plus loin.

A l'université d'été d'août 2021, dans la continuité du travail réalisé durant l'université d'été 2018, nous avons cherché à documenter la régulation dans l'action pour accéder aux dimensions pré-réfléchies du contrôle en cours d'activité. Notre groupe a choisi de travailler sur le contrôle du contrôle. Nous avons plusieurs intentions : comment accompagner A pour l'aider à décrire les dimensions intuitives, imaginaires de son action ? Comment libérer l'accès au savoir-faire, savoirs enfouis, savoirs incorporés, c'est-à-dire à notre potentiel dans sa part intuitive, alors qu'une part rationnelle, analytique fait obstacle. Cette partie garde le contrôle de la description et empêche l'évocation d'autres dimensions de la régulation de l'action. Il s'agit de poursuivre le travail engagé lors de l'université d'été de 2018. Nous échangeons sur les obstacles que nous pouvons rencontrer. Nous souhaitons améliorer notre technique en documentant l'accompagnement au lâcher-prise.

Pour explorer le thème, nous avons réalisé sept entretiens, présentés dans notre compte-rendu pour le n° 131 de la revue *Expliciter*.

Nous nous étions nourries des articles parus sur le sujet. Pour bien nous en imprégner, l'une d'entre nous a lu, parmi d'autres, à voix haute, ce texte de Pierre Vermersch (Pierre Vermersch - *Expliciter* n°120. Novembre 2018).

Extraits :

« L'auto-explicitation est l'activité rêvée pour étudier la régulation de soi dans l'action puisqu'elle repose sur la rencontre directe et conflictuelle entre contrôle et lâcher-prise. »

« Dans l'auto-explicitation, si la personne veut bien faire, s'applique, fait des efforts, elle développe alors de façon majoritaire un fonctionnement contrôlé (cerveau gauche) ce qui empêche le fonctionnement de lâcher-prise nécessité par l'accueil du résultat d'une intention éveillante, et l'accès à l'évocation du vécu passé. A ce moment, le cerveau gauche devient un obstacle. A moins, que la personne ait développé une fonction supplémentaire : le contrôle du contrôle.»

Pour bénéficier des résultats de l'université d'été, nous avons aussi lu ces deux articles.

- Le compte rendu du petit groupe Marie-Hélène, Pénélope, Claudine, Joelle, Maryse *Expliciter* n°120. Novembre 2018 p 10-11 [Lien](#) . Le compte-rendu décrit l'accompagnement de Marie-Hélène qui avait permis un lâcher-prise. Une piste s'était ouverte. Quand ça bloque, utiliser les dissociés, le changement de place, un outil pour une vision méta : l'aigle...

- Explicitation et auto-explicitation - Relecture du protocole Joëlle 2017 avec la grille bicamérale de la régulation de l'action - Claudine Martinez, Joëlle Crozier, Maryse Maurel - [Lien](#)

Nous proposons ici le septième entretien, le dernier, suivi d'un début d'analyse. Nous y poursuivons notre objectif : de quelle manière B accompagne l'élucidation d'instances régulatrices liées au contrôle du contrôle ?

Nous vous donnons un résumé de l'épisode précédent, l'entretien n°6, pour que vous puissiez comprendre l'enjeu pour Patricia.

1. L'entretien N° 6 - résumé

A : Marie-Hélène ; B : Isabelle puis Patricia.

Le but est de documenter une instance que A (Marie-Hélène) a mise au jour lors des entretiens 1 et 2 précédents, et déjà lors de l'université d'été de 2018 (Expliciter n°120) : celle qui "observe" et l'instance qui "surplombe", un aigle qui tourne au-dessus de la situation : un moment d'écriture fluide, heureuse, pendant le stage d'auto explicitation. Nous avons constaté une difficulté « tout devient blanc » et une sortie de l'évocation lorsque nous questionnons Marie-Hélène sur ce qui se passe « à l'intérieur », ou « dans sa tête », soit depuis les yeux de l'aigle, soit depuis sa position d'observatrice.

Cet entretien avait comporté deux parties. Isabelle a conduit la première partie (V2), et Patricia la seconde (V2 – déplacements – position dissociée).

Grâce à un solide ancrage sensoriel, à la fragmentation fine de ce moment, A décrit comment elle s'y est prise pour écrire malgré son appréhension : une installation au calme, au soleil, une bulle translucide, les questions écrites sur sa feuille, les bons conseils de Pierre. « Je me vois écrire, c'est fou, ça marche ». Quand elle nous décrit : « les mots tombent, comme une pluie de lettres blanches et brillantes, derrière ma tête ». Nous relançons : « tu peux dire ce qui se passe dans ta tête à ce moment-là ? », Cette question produit un blocage : tout devient blanc pour A. Elle sort de l'évocation.

Le protocole qui va suivre porte sur la deuxième partie de l'entretien. Nous passons un nouveau contrat de communication, en proposant de questionner les instances d'observation : l'observatrice et l'aigle en surplomb. C'est Patricia qui prend le relais. Les positions d'observation sont bien documentées, mais « se taisent » quand on cherche à savoir ce qu'elles voient à l'intérieur de A. Le visage, le corps se crispent, dans un effort. C'est en libérant A « que se passe-t'il d'autre ? » que la description peut reprendre. La détente, le sourire reviennent : c'est un moment heureux. Marie-Hélène trouve ces informations précieuses.

L'entretien a permis de découvrir et de décrire la relation entre des instances de plans différents : une instance qui orchestre et une autre qui agit ou pousse à agir.

Isabelle et Marie-Hélène sont curieuses de savoir comment B a guidé cette deuxième partie de l'entretien. Ce sera le thème de l'entretien n°7.

2. Entretien 7 : régulation de la conduite d'entretien

A plusieurs moments de l'entretien n°6, Patricia (B) s'est sentie perdue. On lira comment Isabelle a focalisé sur un moment significatif : « et quand tu repères que ça ne peut pas marcher, qu'est-ce que tu fais ? » Cette question ouvre sur les tâtonnements, les outils, les intuitions, qui étaient présents et agissants lors de la régulation de l'action. Plus loin, elle propose un dissocié qui peut témoigner du climat émotionnel, de la manière dont Patricia prend soin du lien, de l'accordage, et de sa posture.

Protocole et commentaires

- B1 On voudrait d'abord te soumettre, si tu en es d'accord, de te faire décrire la situation de ce matin où tu es B. Notre idée, ce serait de documenter les éventuelles régulations qu'il y a eu en toi pendant cette entretien-là // Est-ce que tu es d'accord avec ça ? Sachant que ça peut être une autre situation //
- A1 Oui. A mon avis on va être dans la nécessité de passer peut-être par la conduite de l'entretien. Pour les moments de régulation, vous verrez bien. Moi je ne les vois pas pour l'instant. Pour moi c'est un ajustement permanent de ce que je fais donc je ne vois pas de moment. Est-ce que je me suis posée en méta à un moment donné ?
- B2 Ok Et ben si tu en es d'accord, je te propose de prendre le temps de laisser revenir au moment où on va réessayer la même chose, où tu jongles entre deux instances de toi //
- A2 C'est entre...// C'est entre le moment où... Comment je me donne des directions... Et où je ne les prends pas puisque ce qui advient n'est pas n'est pas forcément là où je pensais...
- B3 D'accord...et le moment où tu ne les prends pas. Si tu te poses sur ce moment-là tranquillement / Qu'est-ce qui vient (question) //
- A3 Il me vient que je voudrais faire décrire plutôt des actes, des actions et que pour l'instant les éléments qui sont en train de d'émerger, qui agissent, sont agissants n'en sont pas. Mais cependant ce n'est pas si simple que ça de s'accrocher à cette partie-là de ce qui se passe
- B4 D'accord
- A4 Et à ce moment-là et après... ça peut ne pas marcher
- B5 Alors tu repères que ça ne peut pas marcher ? Et quand tu repères que ça ne peut pas marcher au moment où tu repères ça, qu'est-ce que tu fais ? // (
- A5 Je fais comme l'aigle c'est-à-dire que je m'envole à mon tour / En me disant...voilà c'est le moment de regarder

- B6 Alors tu fais ça et pendant que tu fais ça l'autre partie de toi qui avait décidé de faire ce qu'elle avait décidé juste avant elle est où ?
- A6 / c'est le copilote
- B7 Oui. Elle fait quoi ?
- A7 Si quelque chose évoque soit une action soit un contenu je le saurais. Je l'aurais vu.
- B8 Ça c'est le copilote qui sait ça ?
- A8 oui
- B9 Ok. Ce que je propose c'est qu'on prenne le temps de s'arrêter peut-être sur ce copilote / si tu peux nous le décrire ce copilote ?
- A9 // Le copilote connaît tous les instruments // voilà, je ne sais pas trop de quoi de quoi il va falloir se servir, mais en gros j'ai quand même une navigation.
- B10 Il connaît les instruments, il ne sait pas trop mais il a quand même une navigation.
Ok il a une forme ce copilote ?
- A10 // c'est moi
- B11 C'est toi d'accord ok. Et quand tu fais comme l'aigle, tu te situes où ?
- A11 Au-dessus, d'où je peux tout voir//
- B12 Et c'est juste avant de faire comme l'aigle ...
- A12 En fait j'étais obligée de faire comme l'aigle. J'étais obligée d'aller au-dessus parce que, à ma grande surprise, Marie-Hélène, quand je lui demande de décrire cet aigle, elle me le décrit du dessus / et donc j'ai vu ce plumage, vu du dessus. A un moment, j'ai une petite vue du profil et je me dis ça c'est l'oiseau qui tourne. C'est l'impression que j'ai, de voir l'aigle du dessus. Et moi ça m'a obligée à monter et de me dire : est-ce Marie-Hélène qui voit dans les yeux de l'aigle, qui a cette vue perçante, immense ? Ce n'est pas elle en fait. Elle est même un peu au-dessus de lui. Et là, j'ai vraiment senti une aspiration comme ça (geste vers le haut). L'aigle vu du dessus, hop
- B13 Et si t'es d'accord justement pour rester sur cette aspiration comment tu t'es sentie obligée ? Comment tu sais que tu t'es sentie obligée ?

A13 Parce que des complémentaires, des supplémentaires apparaissent et que je dois les prendre. Je dois prendre tout ce que je peux

B14 Tu dois prendre tout ce que tu peux

A14 Quand apparaît un paysage avec Marie-Hélène debout ce qui n'est pas rien, et Joëlle, Maryse, Claudine, et / la véranda la véranda comme lieu hors sol une vision haute, voilà / et du coup il m'a semblé que l'univers dans lequel tu allais te déplacer où tu allais voir les choses et tout ce qui se passait, c'était aussi grand que ça

Commentaire : Marie-Hélène a évoqué lors de l'entretien n°6 un entretien et un débriefing en 2018 avec son groupe, Joëlle, Maryse et Claudine, dans la véranda à St-Eble. Patricia s'est représenté cette scène et l'a ajoutée mentalement aux différents espaces décrits par Marie-Hélène.

B15 P, si tu devais placer un dissocié quelque part dans toute cette situation-là, le haut, le bas, là toute cette situation tu la placerais où ? Pour bien voir à la fois celle qui est le copilote et aussi celle qui est obligée de monter plus haut que l'aigle ?

A15 // Elle n'est pas du tout extérieure à moi. C'est plutôt quelque chose de très intérieur.

B16 Alors si c'est en intérieur ce serait où, pour bien voir tout ce qu'il se passe ?

A16 Ok c'est là (montre son cœur).

B17 et donc c'est là et ça dit quoi ?

A17 Je crois que le centre, c'est un accordage, c'est vraiment un accordage de sensibilité.

B18 oui

A18 / et c'est cet accordage d'une personne à l'autre comme on était, là, qui ne peut se faire que de cette région là parce que c'est vraiment très, très fin. C'est léger et il faut que ça parte de là, de la région du cœur, de la respiration. Ça part de là, et c'est cette partie- là qui guide c'est-à-dire que quoi qu'il arrive c'est de là que viendra la réponse. Si je me trompe ou si ça ne va pas, je sais que c'est de là que ça viendra.

B19 Et donc ça part de là. Est-ce que c'est là aussi que ça dicte les missions / que tu réalises ?

A19 // non. La mission, elle est complètement globale. Je ne suis pas en train de de consoler quelqu'un. Ce n'est pas du tout ça. Quand je console quelqu'un, c'est tout mon cœur qui va consoler là ce n'est pas ça du tout ce que je fais. / C'est un accompagnement de quelqu'un qui va accéder à une dimension intime à condition que j'aie la délicatesse et l'attention. C'est complètement différent c'est pour ça que ce n'est pas que le cœur qui dicte mais pourtant c'est grâce à lui que ça devient possible.

Commentaire : la question est fermée et provoque une sortie de l'évocation. Patricia donne une explication au terme « mission ». La relance suivante n'est pas entendue.

B20 Et est-ce qu'il y a un autre endroit de toi à l'intérieur ou à l'extérieur qui verrait ce qui se passe quand tu jongles entre le copilote et puis l'autre qui dit qu'il faut aller là-haut ou peut-être encore une autre ?

A20 / En parlant de mission, on n'est pas loin des dimensions identitaires, de ce que j'ai à faire, avec qui je le fais, et au service de quoi je le fais...

Commentaire : l'explication sur le mot « mission » reprend, les niveaux logiques de Dilts sont apparus et déterminent la suite : alignée. La question B23 lui permettra de retourner en évocation.

B21 Tu ressens quoi quand tu ressens ça au moment où tu le fais ? Tu ressens quoi ?

A21 Je suis alignée en fait, je suis complètement alignée

B22 Et quand t'es alignée ça se passe comment en toi ?

A22 //

B23 À ce moment-là, quand il y a le copilote tu es aussi au-dessus de l'aigle et tu portes toute ton attention

A23 //en fait à tout moment ça m'a semblé délicat et fragile, tout le temps. Et du coup je pense que j'ai pu me ramasser comme ça donc même si je m'étends, en fait, je suis très dense, concentrée.

B24 Et juste est-ce que tu serais d'accord pour aller voir quand tu es dense et concentrée comment ça fait ?

- A24 //ce que je ressens c'est cette densité, cette concentration. Elle me permet d'être précise, vraiment précise même si à un moment, à certains moments je n'ai pas atteint tout à fait les endroits où je voulais aller mais il y a quand même une précision. / Ce que j'ai proposé comme relance, comme question. Je pense que c'est ce ramassage de mon énergie qui me permet de me dire c'est plutôt comme ça que je peux proposer quelque chose et quoi qu'il advienne, je verrai bien. Je verrai bien parce que je n'en sais rien. Je ne sais pas, parce que, quoi qu'il advienne, à partir de ce qui adviendra je déploierai ou je ne déploierai pas. Je bougerai ou je ne bougerai pas, parce que je sais très bien que je suis en train de travailler avec la visée attentionnelle. J'ai un puissant projecteur enfin ce n'est pas un projecteur. J'ai vraiment un puissant faisceau / pour t'aider à te déplacer mais tu te déplaces aussi un peu par toi-même. Il y a les deux. Il y a ce que je propose qui parfois n'a pas du tout l'effet auquel je pensais mais qui va provoquer quand même un déplacement. Il y a toujours un déplacement. A un moment donné effectivement je me suis tue, et je me suis un peu ramassée comme ça sur moi. Je me repose, je me calme.
- B25 Que se passe-t-il ?
- A25 J'ai utilisé une relance très simple : que se passe-t-il pour toi en ce moment ? Parce que justement je ne pouvais pas te proposer autre chose. Je ne voulais pas imposer une direction. Je voulais que ce qui était déjà là continue à travailler à l'intérieur et je verrai bien. J'aurais pu aussi faire certaines relances « et si tu regardes ci et si tu regardes ça » mais je ne l'ai pas fait donc j'ai laissé beaucoup d'espace à ta libre circulation en me disant que ce qui était en train de de travailler savait quelle était la bonne pente, la bonne direction à prendre. J'étais sûre de ça.
- B26 Si tu es d'accord juste d'aller voir où le moment où ça se rassemble, c'est concentré, que se passe-t-il pour toi à ce moment-là / juste prends le temps si t'es d'accord de revenir à ce moment là
- A26 Oh je suis toujours très inquiète. Quand ces prises de conscience-là surviennent, on ne peut pas savoir quelle porte ça va ouvrir. Je suis inquiète. Je me dis pourvu que ces parties qui se sont montrées, qui sont à l'œuvre, qui agissent, pourvu qu'elles soient toutes sympas, pas chargées de choses difficiles...
- B27 Et quand tu ne sais pas quelles sont les portes qui vont s'ouvrir, qu'est-ce que tu sais aussi ?
- A27 / Je sais aussi que j'ai quand même des indices paraverbaux, corporels. Je dirais que je t'ai pas quittée des yeux, j'ai lissé ton front sans que tu le saches, j'ai détendu tes mâchoires sans que tu le saches et de façon à ce que si ce qui arrivait était difficile je puisse vite, un peu / m'en occuper, m'occuper de toi. Je ne vais pas généraliser mais ça demande beaucoup de précautions, il faut faire attention dans des moments comme ça /

Commentaire de Patricia : il s'agit ici d'un moment de tension lors de l'entretien n°6. Extrait : B : Est-ce que tu vois ce qui se passe à l'intérieur de toi ? A : elle (l'observatrice) est collée au sol, c'est difficile, il y a un truc qui bloque...

J'observais attentivement Marie-Hélène, et je gardais un lien sensible, physique, avec elle, l'expression de son visage, sa tension corporelle, sa respiration. Quand je l'ai vue faire un effort ou se crispier, j'ai synchronisé, ralenti, laissé de légers silences, posé des questions très ouvertes pour la libérer. Marie-Hélène a retrouvé son moment de plénitude, qu'elle a décrit avec beaucoup de sensorialité. J'ai observé cette détente : sourire, plaisir sur le visage, gaieté dans la voix.

B28 Est-ce que tu es ok pour revenir à ici et maintenant ou est-ce que tu souhaites encore te poser sur un moment de cette situation où tu aurais fait discuter réguler différentes parties de toi pour accompagner XXX – Fin de l'entretien

3. Analyse des instances régulatrices

Isabelle a mené cette analyse. Elle a repéré dans le protocole les éléments relatifs à la description des instances régulatrices de Patricia quand elle a guidé Marie-Hélène dans l'explicitation de sa découverte d'une ressource (l'aigle) lors de l'université d'été 2018 :

- A5 - je fais comme l'aigle c'est-à-dire que je m'envole à mon tour (fait le même mouvement cognitif que A)
- A6 : c'est le copilote (instance régulatrice) qui voit s'il y a quelque chose qui évoque une action ou un contenu ; il connaît tous les instruments ; c'est moi ; il est au-dessus de l'aigle (instance évoquée par A) ;
- A10 : décrit ce que voit le co-pilote (prise d'informations)
- A21 je suis alignée
- A23 je suis très dense concentrée
- A24 je suis en train de travailler avec la visée attentionnelle je le sais ...j'ai un puissant faisceau
- A25 je ne voulais pas euh imposer une direction ...j'ai laissé beaucoup d'espace à ta libre euh circulation
- A26 je suis toujours très inquiète ...je me dis pourvu que ces parties-là qui sont à l'œuvre, qui agissent, pourvu qu'elles soient toutes sympas
- A27 je sais aussi que j'ai quand même des indices paraverbaux corporels ...je t'ai pas quittée des yeux j'ai lissé ton front ...j'ai détendu tes mâchoires

Patricia : le protocole nous apprend aussi qu'il est question d'empathie, de ce lien que crée l'alliance de travail au sens donné par Carl Rogers. Autrement dit, cette recherche sur l'aide à la description d'un moment de lâcher prise nous emporte vers d'autres mystères.

Pour l'instant, après les nombreuses lectures des articles d'Expliciter, avec sept entretiens pour se donner la chance de tout essayer, au fil de la réflexion menée lors du bilan intermédiaire et du bilan final de l'université d'été, nous pouvons dire que nous avons personnellement progressé. Nous cherchions à documenter la régulation dans l'action pour accéder aux dimensions pré-réfléchies du contrôle en cours d'activité. Nous livrons une partie de notre second travail en l'état (le premier compte-rendu est dans Expliciter n°131). Notre analyse reste incomplète. Le GREX réuni en séminaire pourra nous aider : comment pourrions-nous aller plus loin ? Comment exploiter ces données ?

Merci à Joëlle et Maryse qui nous ont guidées dans la rédaction de cet article. Merci à toutes et à tous pour les trésors d'expérience déposés dans Expliciter.

Un entretien d'explicitation en institut de formation en soins infirmiers

Anne Millot

Introduction

Cet entretien a été réalisé dans le cadre d'une situation professionnelle, dont l'objectif était la prise de conscience par une étudiante de 3^{ème} année d'un geste potentiellement dangereux du fait d'erreurs commises au cours de sa réalisation. Il m'a semblé d'emblée intéressant de procéder à un entretien d'explicitation après avoir observé comment l'étudiante réalisait le soin. J'avais vu "le film", et des détails importants dans la gestuelle qui avaient échappés à l'étudiante ne m'avaient, à moi, pas échappés. J'étais en mesure d'effectuer une comparaison entre ce que l'étudiante aurait voulu faire et ce qu'elle avait réellement fait et je pouvais la guider pour que des gestes pouvant être qualifiés de maladroits ou de routiniers puissent être revécus et de ce fait, prendre sens. Ainsi, je supposais que l'étudiante ne referait plus la même erreur.

Le contexte

Responsable d'une unité d'enseignement consacrée à l'administration de thérapeutiques médicamenteuses auprès des étudiants en soins infirmiers de semestre 5, j'organise, conformément au référentiel de formation, une évaluation qui consiste en la préparation de lignes de perfusions connectées à une aiguille dite de Hubert, spécifique à l'injection de chimiothérapies sur chambres implantables percutanées (CIP). La première session s'est déroulée fin janvier et un certain nombre d'étudiants doivent repasser en deuxième session. Les étudiants peuvent, à leur demande, se rendre en salle de travaux pratiques pour s'entraîner au geste sur un torse mannequin sur lequel est installée une CIP. L'ensemble permet de reproduire en situation simulée le soin dans son intégralité, à l'identique de la réalité, mais en situation de totale sécurité pour l'étudiant. J'accompagne Jeanne, une étudiante qui désire réaliser ce geste pour se préparer à la deuxième session qui a lieu trois jours plus tard. Cette étudiante est une ancienne aide-soignante. Elle n'a pas de problème de dextérité. Son erreur en première session est due à une faute "technique", un oubli de purge de robinet.

Nous sommes dans une salle de pratique. Il n'y a pas d'autres étudiants présents. Jeanne réalise son soin dans son intégralité. Je l'observe et ne l'interromps pas. Elle commet quelques erreurs qu'elle réajuste au fur et à mesure. A l'issue de sa prestation, je l'informe qu'elle a fait deux fautes qui peuvent être non seulement éliminatoires, mais délétères en situation réelle : une faute d'asepsie et une faute technique. Je lui demande dans un premier temps si elle voit quelles peuvent être ces erreurs. Ne les retrouvant pas, elle me demande de lui faire part de celles-ci. Je juge plus approprié de lui proposer un entretien d'explicitation (elle ne connaît pas cette technique). Je l'informe qu'il s'agit d'un entretien particulier qui consiste en la narration guidée du geste. Le temps disponible était limité et l'objectif étant de lui faire prendre conscience de ses erreurs et non pas de la façon dont elle avait réalisé le soin, je l'ai laissée l'explicitation en ne la ralentissant réellement que lorsque nous en arrivions à l'instant où elle avait commis la faute d'asepsie. Par ailleurs, j'ai réalisé jusqu'ici, hors les exercices à l'université, un seul entretien d'explicitation et je ne me sens pas encore très à l'aise avec ce type d'entretien.

Entretien transcrit

1 - CSF : Donc, Jeanne, si vous le voulez bien, nous pourrions revenir dans le soin, au moment où vous avez enfilé vos gants et à partir du moment où vous les avez enfilés, essayez de vous remémorer, prenez le temps de laisser revenir tout ce qui s'est passé, tout ce que vous avez fait à partir de ce moment...

2 - ESI : Mmm mmh. J'vous le dis ?

3 - CSF : Oui, mais prenez le temps de laisser revenir. Vous mettez vos gants. Vous voyez le moment où vous mettez vos gants ?

4 - ESI : ...Oui

5 - CSF : Où est ce que vous êtes à ce moment-là ?

6 - ESI : Oui... Je suis face à ma table là... Je mets mon gant droit. Je mets mon gant gauche (*elle mime chaque mise de gant*) et ensuite je me tourne vers ma table où il y a tout mon matériel... Là je m'aperçois que j'ai mis mes deux gants au lieu d'en mettre qu'un. Je suis allée trop vite. Du coup, je commence à préparer le maximum de matériel avec mes deux gants... (*d'une voix beaucoup plus douce, comme se parlant à elle-même*) Qu'est ce que j'ai fait en premier ? ... Euh, j'ai pris ma... mon trocart, je l'ai mis sur ma seringue (*elle fait le geste de mettre l'aiguille sur la seringue*)

7 - CSF : (je reproduis le geste). Oui

8 - ESI : ...Euh... j'ai pris ma tubulure euh, j'lai raccordée à ma pince, euh, à mon aiguille de Hubert.... Voilà...

9 - CSF : Oui, et ensuite qu'avez-vous fait ?

10 - ESI : J'ai pris ma petite fiole d'Eau PPI avec ma compresse (*elle plisse le front pour se remémorer la suite*)

11 - CSF : Oui... Comment vous vous y prenez pour la prendre la petite fiole ?

12 - ESI : Avec une petite compresse

13 - CSF : Oui, comment vous vous y prenez

14 - ESI : J'ai pris une compresse qui était sur le champ stérile et j'ai pris mon Eau PPI, tête vers le haut, là où il y a le bouchon normalement... Voilà, et ensuite..... Ben j'ai pris ma seringue et mon trocart... Qu'est-ce que j'ai fait là... Il a fallu que j'enlève mon embout de mon trocart en plastique. Jusque-là ça va...

15 - CSF : Oui... Donc après, vous faites quoi ?

16 - ESI : Ben, j'ai posé la protection sur mon champ stérile et après je purge. Avec une main, y'a mon eau PPI qui tient, y'a l'eau PPI avec la compresse et l'autre main je purge. Une fois que j'ai purgé, j'ai posé mon flacon, j'ai posé mon aiguille... J'ai repris mon aiguille et j'ai enlevé le... Je bouge l'aiguille et (*inaudible tant sa voix est murmurée*). J'ai dû la poser dans le champ//

17 - CSF : Vous avez dû la poser dans le champ... Qu'est-ce que vous vous dites à ce moment-là ?

18 - ESI : Ah, que normalement je la mets dans le container mais il n'y a pas de container

19 - CSF : Donc vous vous dites qu'il n'y a pas de container et vous la posez dans le champ. D'accord. Ensuite, que faites-vous ?

20 - ESI : Je pose ma seringue, je l'adapte à ma tubulure, je purge... Je purge, je purge également le bouchon, enfin, le robinet..... Voilà, tout est prêt

21 - CSF : Donc là tout est prêt. Vous avez tout prêt sur votre champ, là. Et qu'est-ce que vous faites après ?

22 - ESI : Je fais une autre déter'. Je prends une compresse stérile pour attraper l'autre compresse imbibée de Béta alcoolique sur le patient. Je mets dans la poubelle... Je reprends une compresse de la main droite et avec ma main gauche je prends une compresse stérile et j'attrape

le petit flacon de Béta alcoolique... Je verse une petite quantité sur la compresse stérile que je tiens dans ma main droite, je repose mon petit flacon de Béta. Je pense que la compresse que j'avais là, je l'ai mise à la poubelle ; Donc, avec ma main droite, je refais une deuxième déter... Et je jette. Voilà

23 - CSF : Ok. Que faites-vous ensuite ?

24 - ESI : Tout est prêt pour la pose, donc je prends ma tubulure avec... qui est raccordée à mon aiguille de Hubert et ma seringue au bout, je pose le tout sur mon champ de gants stériles.

25 - CSF : Vous posez le tout sur votre champ de gants stérile qui se trouve où ?

26 - ESI : Derrière moi. Je suis comme ça (*elle mime le retournement*) il est derrière

27 - CSF : D'accord. Et il est posé où ?

28 - ESI : Il est posé sur la table qui est derrière, sur le chariot (*elle fait un geste horizontal avec ses mains pour imiter le champ à plat sur le chariot*)

29 - CSF : (*je reprends le geste*) Il est posé sur le chariot, à plat, d'accord. Donc ... Vous faites quoi ensuite ?

30 - ESI : Je prends le champ et je le pose sur le lit

31 - CSF : Doucement... Vous prenez le champ. Comment vous le prenez le champ ?

32 - ESI : Le champ, je l'ai pris à pleines mains, mais de l'intérieur. Je l'ai plissé, je l'ai plié (*elle mime le geste*) je l'ai transporté

33 - CSF : (*je reprends le geste*) Vous l'avez plissé, vous l'avez plié et vous le mettez où ?

34 - ESI : (*d'une voix soudain redevenue plus forte*) Je le pose sur le torse du patient mais c'est tellement... en dénivelé que bon je le pose là..

35 - CSF : D'accord, vous le posez comment ?

36 - ESI : Mon champ ? (*elle me regarde*)

37 - CSF : Oui, votre champ, vous le posez.... vous le posez comment ?

38 - ESI : Je le pose... Aaaaah oui, c'est parce que je l'ai pris un peu sur les côtés

39 - CSF : Vous le prenez comment sur les côtés ?

40 - ESI : Oui, j'ai mis... J'ai passé un doigt en dessous et c'était pas stérile

41 - CSF : Et donc, à ce moment là ?

42 - ESI : (*elle me regarde*) Donc, j'ai tout dé stérilisé à ce moment là

43 - CSF : Vous avez tout dé stérilisé

44 - ESI : Oui, oui, oui. Elle est là la faute d'asepsie

45 - CSF : Ensuite, si vous voulez bien, on va aller directement au moment où vous posez votre aiguille de Hubert. Laisser revenir, que faites-vous à ce moment-là ? Qu'est-ce que vous faites ?

46 - ESI : ... euuuhhh, je vérifie que je suis bien dans la veine en faisant un reflux. Je suis dedans parce qu'il y a un reflux sanguin qui vient mais je décide de ne pas réinjecter le contenu

47 - CSF : Vous décidez de ne pas réinjecter le contenu

48 - ESI : ... Parce que pour moi, ce n'est pas spécialement utile !?

49 - CSF : Pourquoi cela n'est pas utile ?

50 - ESI : Parce que la tubulure elle est... Y'a pas d'air, voilà, je suis dedans, voilà

51 - CSF : Quelle est l'utilité de purger ?

52 - ESI : Qu'il y ait pas d'air... Pourquoi faut vérifier qu'on est dans la veine ?

53 - CSF : Non, on sait qu'on est dans la veine, mais après ?

54 - ESI : Ah, 'A y est. je sais. Ca va, c'est pour qu'il y ait une pression positive

55 - CSF : Non, la pression positive c'est quand on retire

56 - ESI : Ben je sais pas, non, je sais pas. j'suis dans la veine, non, je vois pas...

Analyse de l'entretien

Le contrat de communication reposant sur une relation de confiance, le fait que nos rapports aient toujours été très bons m'ont semblé un préalable nécessaire pour qu'elle accepte cet exercice inhabituel, et qui plus est, enregistré. En effet, la dissymétrie évidente liée à nos positions respectives (elle, étudiante et moi, formatrice évaluatrice, amenée potentiellement à donner une note validant ou non cette Unité d'Enseignement) pouvait être délétère à la mise en place de ce contrat de communication. De plus, l'absence d'autres étudiants dans la salle de pratique a permis la mise en place de cet entretien sans risque pour Jeanne de se sentir observée ou jugée, ce qui aurait pu nuire à son déroulé.

Il n'y a pas eu en amont d'incitation à explorer un moment spécifié. A l'issue du soin réalisé par l'étudiante, je lui ai signifié clairement ce que nous allions rechercher. Elle savait qu'il s'agissait des deux fautes. Je n'ai pas laissé le choix de l'instant sur lequel elle aurait voulu revenir. A posteriori, sachant qu'il s'agissait d'une faute d'asepsie, je me dis que j'aurais pu la laisser revenir d'elle-même au moment où elle mettait les gants stériles, mais peut être aurait-elle été déroutée par ma proposition, ne sachant pas exactement comment l'entretien allait se dérouler.

L'appel à la mémoire concrète et la "re-présentification de la situation" se produit lorsque je lui demande de revisualiser le moment où elle met les gants. Cette re-présentification est immédiate et aisée puisque le temps de latence entre le moment vécu et la narration de la situation vécue est d'environ une quinzaine de minutes.

La mise en position d'évocation semble quasi immédiate, lorsqu'elle narre qu'elle enfle les gants. Durant la presque totalité de l'entretien, son regard restera fixe. Sa voix, habituellement assurée, claire et pointue se fera très souvent très douce et, à un moment donné, inaudible. Elle semble effectivement, la plupart du temps, tournée vers elle-même, tentant de recomposer le geste effectué qu'elle va ainsi découper en séquences successives. Après la transcription, la mise en évidence de l'utilisation de deux temps différents au cours de la narration mettent en évidence ce que P. Vermersch nomme les "marqueurs linguistiques". Elle débute par le présent (réponse 6) puis enchaîne sa narration au passé composé, comme si, par la simple question "*Qu'est ce que j'ai fait en premier ?*", elle n'était plus en situation de refaire les gestes, mais en posture de se regarder les effectuer. Le retour au présent se fera à la suite de la relance 17 où à partir d'une reprise en écho de ses propos, je passerai moi même au présent lors d'une relance sur l'action cognitive. Le retour au passé composé se fera au moment même de la narration du moment où a lieu l'erreur (réponse 32). Selon P. Vermersch, "*il semble que lorsque l'évocation est fortement présente, le sujet verbalise facilement au présent [...]*"³² (Vermersch, 2010, p.62) ce qui corrobore l'idée qu'elle se trouve effectivement en situation d'évocation.

Par ailleurs, à l'audition et après la transcription, je me rends compte que de façon ponctuelle, elle fait des commentaires sur son action "*je suis allée trop vite*" (ligne 12); "*jusqu'à là, ça va*" (ligne 28).

L'exploration du vécu

Le fil chronologique de l'intégralité de la séquence évoquée est déroulé de façon assez linéaire. Je n'ai pas besoin de revenir en arrière. Comme j'ai assisté au soin en amont, je sais que la narration en suit rigoureusement la chronologie. Durant l'entretien, seule la strate de l'action va être réellement explorée. Je suis vigilante à éviter toute orientation de l'entretien vers le registre des émotions. D'une part parce que le but de cet entretien était de faire prendre

³² Vermersch, P. (1994, 6^e éd. 2010), "*L'entretien d'explicitation*", ESF, Issy-les-Moulineaux, 220p.

conscience à l'étudiante de ses fautes au cours du soin et d'autre part, parce que l'enjeu était trop important pour prendre le risque de relancer l'étudiante vers une émotion négative. En effet, il s'agit d'une préparation à la session 2 qui, si elle échoue, risque d'obliger l'étudiante à ne valider son diplôme d'Etat que l'année prochaine. La pression est grande. Je ne sais pas quel est le vécu émotionnel intérieur de l'étudiante. Elle a assez mal vécu son échec à la session 1; la session 2 a lieu trois jours plus tard. Je ne tiens pas à la mettre inutilement en situation de stress. Par ailleurs, la symbolique d'une injection en chambre implantable est suffisamment forte pour que je n'y ajoute pas un sentiment de culpabilité.

Le niveau corporel n'a été vraiment exploré qu'au moment précis où je voulais mener l'étudiante : le moment de l'erreur. C'est le moment d'ailleurs où je l'ai vraiment ralentie, où je lui ai signifié qu'elle devait repartir quelques secondes en arrière (relance 31). Lorsqu'elle effectue le geste horizontal avec ses mains pour mimer le champ stérile posé sur la table, je pense qu'elle se représente à cet instant que le dessus du champ est stérile et le dessous ne l'est plus parce que posé sur le chariot non stérile. Il ne s'agit pas à ce moment d'une reproduction d'un geste effectué mais d'un "*geste mime... qui, en référence à une action matérielle, reproduit fidèlement des propriétés des formes des objets ou des outils mis en jeu dans l'action quand elle est réalisée matériellement.*"³³. Je reprends donc ce geste. Lorsqu'elle mime ensuite le geste de plisser, plier et transporter le champ, en précisant bien qu'elle l'attrape de l'intérieur, je reprends également le geste, je reprends ses propos mot pour mot. Lorsqu'elle reprend la parole, sa voix redevient habituelle, c'est à dire plus forte, elle se redresse et son visage se détend. Ces modifications corporelles sont pour moi un indice qu'il s'est, à ce moment précis, passé quelque chose pour elle, qu'elle a pris conscience du moment de son erreur. De plus, à cet instant, elle fait un commentaire sur son action qui ressemble quasiment à une justification "*Je le pose sur le torse du patient mais c'est tellement// en dénivelé que bon je le pose là..*". Lorsque je lui demande comment elle le pose, elle me regarde, signe qu'elle rompt l'évocation, pour me questionner "*Mon champ ?*". Presque immédiatement après elle verbalise qu'elle sait d'où vient la faute d'asepsie "*Ah oui, c'est parce que je l'ai pris un peu sur les côtés*"; "*Oui, j'ai mis... J'ai passé un doigt en dessous et c'était pas stérile*". La suite est un échange entre elle et moi; nous ne sommes plus dans l'explicitation, mais dans la verbalisation et la prise de conscience du geste.

Analyse des relances

Les relances 3 et 5 ont pour objet de resituer l'étudiante dans le contexte de son action. J'accompagne fréquemment l'évocation par des relances classiques "*ensuite, qu'avez-vous fait*", "*après vous faites quoi ?*", pour conserver le fil chronologique de la situation. Ainsi, les relances 9, 13, 15, 19, 21, 23, 29, 31, 33, 35 sont des relances sur l'action qui en suivent le déroulement.

Lors de la réponse 10, lorsque l'étudiante plisse le front pour se remémorer la suite, je perçois une sorte de gêne à resituer immédiatement l'action suivante, indice que je traduis comme étant un *défi de mémoire*. Je lui demande donc de m'expliquer comment elle s'y prend pour prendre la petite fiole (relance 11) pour qu'elle conserve sa posture d'évocation, bien que le contenu de sa réponse n'aie à ce moment-là aucun intérêt au regard du but recherché puisque ce n'est pas à ce moment qu'elle a commis l'erreur. Toutefois, cette relance lui permet de refaire mentalement le geste et de réaliser que ce n'est pas de ce moment-là dont il est question. C'est d'ailleurs ce qu'elle me signifie lorsqu'elle dit "*Jusque-là ça va*". Le contenu de mes relances se modifiera lorsque nous parviendrons au moment de l'erreur. Je lui demanderai davantage

³³ Vermersch, P., *Questionner à partir des gestes de l'interviewé*, grex info-novembre 1993 http://www.grex2.com/assets/files/expliciter/2_novembre_1993-v2.pdf consulté le 28/02/2014

comment elle s'y prend plutôt que ce qu'elle fait. Cela va l'obliger à décomposer davantage son geste qui fait basculer la narration de la tâche décomposée en étapes, en actions plus élémentaires (réponse 32). A la réflexion, je me demande si elle a eu conscience du changement de modalité dans mes relances ce qui peut l'avoir guidée dans la compréhension de l'erreur commise (effet perlocutoire de la relance ?).

Lorsque j'enchaîne sur la suite pour l'amener à la deuxième erreur, elle se remet très brièvement en évocation (elle ne me regarde plus, elle a de nouveau les yeux dans le vague, mais sa voix reste claire). Elle me précise ce qu'elle a fait à cet instant mais dans son propos, je distingue que la prise de décision qu'elle verbalise ainsi "*mais je décide de ne pas réinjecter le contenu*" est relatif à un défaut de connaissances quant à la procédure à respecter. Elle était persuadée d'effectuer le bon geste et je n'ai pas creusé davantage cette prise de décision. Il aurait sans doute été intéressant de le faire, de chercher à lui faire évoquer ce qu'elle pensait être la bonne technique, bien que les savoirs théoriques dispensés aient été différents. Je tente de la relancer en reprenant ses propos mais sa réponse immédiate est une justification. Et comme j'enchaîne sur une question débutant pas un "pourquoi", la suite, du fait de cette question qui n'amène pas à expliciter mais à justifier, restera de la justification. L'entretien d'explicitation s'arrête donc là.

Dans les suites immédiates, nous reprenons non pas le déroulé du soin proprement dit, mais la façon dont elle s'y prend en général pour réaliser les actes soignants, en prenant appui sur la façon dont elle s'y est prise pour cet acte-là. Pour elle, le fait d'avoir enfilé ses deux gants stériles dans la foulée est révélateur d'une attitude qu'elle se connaît : selon ses propres propos, elle "*fait souvent les choses trop rapidement*". Elle ne prend pas toujours le temps de réfléchir ou penser ses gestes dans les soins. Elle en arrive à la conclusion qu'elle doit prendre l'habitude de *penser ses soins* avant de les réaliser, et que la posture réflexive est une aide assez précieuse.

Lorsque Jeanne validera la session 2 le lundi suivant, elle aura sur les lèvres un petit sourire au moment précis où elle reproduira le geste pour lequel elle avait commis son erreur lors de la séance de travaux pratiques.

Conclusion

L'intérêt de l'entretien d'explicitation dans cette situation particulière me semble une évidence. De façon courante, lorsque nous, formateurs en soins infirmiers, encadrons des étudiants en situation de soin (simulée ou réelle), nous évaluons, jugeons, puis conseillons sur ce qu'il nous semble plus pertinent de faire en fonction de notre propre vécu expérimental. Bien que nous tentions de nous appuyer sur le mode de fonctionnement de l'étudiant, notre approche de leur prise de conscience et analyse de leurs actions s'appuie davantage sur une relation de conseil plus généraliste que sur la prise en compte d'un moment extrêmement ciblé tel qu'une séquence d'une situation de soin.

Au cours de cet entretien, bien que me situant dans une position d'extériorité au regard du vécu de l'étudiante, le fait d'avoir en amont assisté à la réalisation du geste me permet de mesurer la distance entre l'attendu et le réel, faisant ainsi se rejoindre "démarche qualité", axée sur l'harmonisation des actions, très en vogue dans notre société (et a fortiori, dans les établissements de santé), et formation d'une personne singulière.

L'entretien d'explicitation est une méthode d'analyse de pratique d'une richesse incomparable lorsqu'il s'agit de faire travailler les étudiants en soins infirmiers sur leur pratique. La prise de conscience des gestes effectués lorsque celui-ci a été une réussite permet leur appropriation plus rapide. Et lorsqu'il s'agit de ses propres erreurs, cette modalité de prise de conscience est, me semble-t-il, infiniment plus adaptée que l'énonciation des fautes par l'évaluateur. Surtout si le sujet n'a aucun souvenir de l'instant où elle a eu lieu.

S é m i n a i r e

→ Vendredi 10 juin 2022 :

Séminaire : 10h00-17h30

Distanciel : un lien Zoom sera diffusé jeudi
9 juin

→ Samedi 11 juin 2022 :

Rencontre des formateurs : 10h00 -
13h00

Distanciel : un lien Zoom sera diffusé jeudi
9 juin

S'inscrire auprès de Marine Bonduelle
: marinebonduelle@free.fr

S o m m a i r e n° 134

1-14 « Explicitation et émotions »,
Frédéric Borde, Béatrice Cahour.

15-17 « L'émotion est signe du
sens », Nadine Faingold

18-24 « Schèmes d'action, émotion
et schémas réactionnels », Nadine Faingold

25-45 « Compte rendu de notre
travail de l'Université d'Été d'août 2021 »,
Marine Bonduelle, Joëlle Crozier, Maryse
Maurel, Claudine Martinez

46-53 « Accompagner la description
d'un lâcher-prise. Compte-rendu de
l'Université d'été 2021 », Isabelle Danet,
Marie-Hélène Lachaud, Patricia Rottement

54-59 « Un entretien d'explicitation
en institut de formation en soins
infirmiers », Anne Millot

A g e n d a 2 0 2 2

**Prochaine remise des articles pour
le n° 135**

Police Times New Roman, taille 12

Vendredi 21 octobre 2022

Vendredi 18 novembre : séminaire

Samedi 19 novembre : Atelier de
pratique

=====

Université d'été 2022

du lundi 22 août, 9h00

au vendredi 26 août, 14h00.

⋮

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 : Frédéric Borde
N° d'ISSN 1621-8256