

Le modèle de la « régulation *mienneté* / *agentivité* » de Yochai Ataria

Frédéric Borde

GreX2, ENS, Archives Husserl

1 – Introduction

Dans ce résumé, je vous présente un article scientifique, « Dissociation during trauma: the ownership-agency tradeoff model » (Dissociation durant un traumatisme : le modèle de la « régulation *mienneté*³⁴ / *agentivité*) dont le modèle apporte un point de vue particulier sur la relation entre dissociation, *mienneté* et *agentivité*, susceptible d'être mis en regard de nos descriptions.

Son auteur, Yochai Ataria, est diplômé de la Hebrew University of Jerusalem et actuellement post-doctorant au département de neurobiologie du Weizmann Institute of Science, à Rehovot en Israël. Sa recherche vise à mieux connaître le niveau pré-réfléchi des vécus dits « traumatiques », afin de mieux comprendre et de mieux soigner les pathologies dites « Syndrome Post-Traumatique » (PTSD). Il a été invité par Natalie Depraz à présenter cette étude, en novembre 2015 à Paris, dans le cadre de son séminaire intitulé « Emotions esthétiques et émotions traumatiques ».

2 - Contexte

Dans cet article, publié en anglais dans la revue *Phenomenology and the cognitive sciences*³⁵ en 2014, il présente les résultats d'une étude qu'il a menée selon une méthodologie qu'il qualifie de phénoménologique, en se référant aux auteurs dirigeant la revue dans laquelle il publie, Shaun Gallagher et Dan Zahavi, mais aussi en mentionnant l'influence des travaux de Claire Petitmengin, de Natalie Depraz, de Pierre Vermersch, dont il a pris connaissance dans le livre collectif *Becoming Aware* ainsi que dans le numéro du *Journal of Consciousness Studies* : « Ten years of viewing from within ». Il n'est pas formé aux outils de l'explicitation et a mené ses entretiens en s'inspirant, par exemple, du principe suivant : « En adoptant l'approche phénoménologique, nous suivons le principe selon lequel nous ne devons plus demander « pourquoi » mais commencer à demander « comment » (Maurel 2009) ».

Ses objectifs recoupent bien ceux de l'entretien d'explicitation, et nous ne pouvons que prendre acte de l'absence (peut-être transitoire) de formations en Israël. Il faut toutefois remarquer que la démarche d'Ataria ne présente pas des conditions de mise en œuvre facilitantes : il a mené des entretiens avec un ensemble de 36 victimes d'attaques terroristes de différentes sortes, dont je ne reprends pas le détail ici. Dans le chapitre exposant sa méthodologie, il laisse entendre que les conditions éthiques de telles interviews sont très tendues, puisque le

³⁴ J'ai choisi de traduire "ownership" par "mienneté" sur le conseil de Pierre. On pourrait aussi le traduire par « Ipséité » ou « égoïté » mais cela ne démarquerait peut-être pas assez la « mienneté » de l' « agentivité », démarcation qui est un enjeu de cet article.

³⁵ Shaun Gallagher, Dan Zahavi, « Phenomenology and the cognitive sciences », Vol. 13, n°3, Sept. 2014, Springer.

chercheur se trouve dans la délicate posture de recueillir les détails de vécus traumatisants, sans assumer des objectifs de soin. Il s'est donc inscrit dans le cadre de l'organisation caritative *One Family*, qui accompagne les personnes, toutes par ailleurs suivies médicalement, ayant accepté de participer à cette recherche. Il précise aussi que ses données ont été analysées selon une méthodologie qu'il nomme « grounded theory approach » (approche théorique bien établie) dont il énonce le principe : « Selon cette méthode, aucune hypothèse ni catégorie n'est fixée au début. Bien plutôt, le chercheur reste le plus proche possible du terrain de recherche, aussi bien dans la présentation de ses résultats que dans leur discussion (Shkedi 2003). Les catégories émergent du terrain de recherche (données) lui-même (Charmaz 1995) et à chaque stade de discussion le niveau d'abstraction émerge tel qu'exprimé par les catégories elles-mêmes. »

3 – Le contenu de l'étude

Ataria expose ensuite les phénomènes qu'il a trouvés à plusieurs reprises dans les descriptions.

Il commence par un chapitre intitulé « Withdrawal from the world : deathly silence and blackness » (Retrait du monde : silence de mort et nuit noire) dans lequel il décrit d'abord un certain type de surdité : « Parmi les sujets interviewés dans le cadre de cette étude, beaucoup décrivent leur expérience traumatique, ou du moins une partie de celle-ci, comme s'accompagnant d'un silence total (*a sense of total silence*). Une surdité (*a sense of deafness*) (non causée par une blessure physique) peut fonctionner comme mécanisme dissociatif, détachant l'individu du champ auditif. » Le thème de la dissociation est donc abordé ici à propos de descriptions restituant un silence intérieur, inquiétant et associé à la mort, mais qui, dans le cas de ceux qui ont été sévèrement blessés (pas au système auditif), a pu correspondre à un détachement de la situation, une « bulle » leur prodiguant un certain calme. Une expérience comparable est décrite au niveau de la modalité visuelle, plusieurs sujets faisant état d'une nuit noire dans laquelle il leur semble couler (*sink*) comme dans la mort. Cet aveuglement est associé à une amnésie concernant cette partie du vécu. Ataria remarque que cette surdité et cet aveuglement ne se présentent pas simultanément. Il les considère comme deux mécanismes indépendants ou alternatifs, permettant au sujet de se mettre en retrait de la situation, bien qu'ils correspondent pour celui-ci à une expérience de la mort. Il conclut ce chapitre de cette manière : « De manière intéressante, alors que la nuit noire (l'aveuglement) n'est jamais décrit comme calmante, tous ceux qui ont décrit le silence comme calmant ont été sérieusement blessés. Ainsi, il semble que ce calme (*sense of calm*) n'appartient pas seulement exclusivement à cette surdité, mais apparaît seulement lorsque le sujet traumatisé ne peut plus rien faire pour améliorer ses chances de survie. Plus loin nous verrons que ceci est cohérent avec (*supported by*) notre modèle de la "régulation". »

Le chapitre suivant est intitulé « vide » (*Emptiness*). Ataria y mentionne une autre forme de déconnexion du sujet de son contexte, qui est cette fois décrite comme un vide de toute réflexion, de toute pensée, s'accompagnant de confusion : « Au résultat, le sujet traumatisé peut perdre sa maîtrise de lui-même (*sense of inner control*) ; cela est très significatif puisque, durant une expérience traumatique, la maîtrise de soi est essentielle à la survie (Spiegel 1997). Par conséquent, il n'est pas surprenant que, lorsque le vide submerge, le sentiment de soi (*sense of self*) s'effondre aussi : (citation d'une description) "La tête est vide, c'est un vide, je ne peux pas contrôler mes pensées, je ne parviens pas à contrôler mon corps, c'est une sorte de vide total dans lequel j'ai perdu le contrôle, je me suis perdu moi-même, je ne suis plus rien au sein de cela, il n'y a rien du tout ici, pas de pensées, cela s'impose à vous et vous êtes anéanti (*cancelled out*) et vous disparaissiez. Vraiment vous êtes mort." »

Ataria traite ensuite de la “perte de la mienneté” (*Loss of sense of ownership*). En se référant à S. Gallagher, il définit la « mienneté » comme « le sentiment que je suis celui qui subit une expérience ». La perte, ou l’affaiblissement de ce sentiment correspond donc à une dissociation dans laquelle le sujet se trouve déconnecté de son corps et du monde : (citations de descriptions) « (Mon corps) est une sorte d’objet, de la chair, de la chair. Sans être mien. Juste un objet... je n’étais pas du tout connecté à mon corps », « Ce n’est pas moi... ce n’est pas mon corps. » Le phénomène n’est pas binaire, mais semble présenter des degrés, l’affaiblissement extrême de ce sentiment pouvant aller jusqu’à une expérience de décorporation (*Out of Body Experience*, OBE) : (citation d’une description) « Je vois tout depuis l’extérieur... tout ce qui est arrivé. Je sentais que j’observais tout d’au-dessus, et je ne suis pas là, je suis juste en train de regarder. »

C’est ensuite la « perte de l’agentivité » (*Loss of sense of agency*) qui est exposée. En se référant toujours à Gallagher, il définit l’agentivité comme « le sentiment que je suis l’initiateur, ou la source de l’action ». Ce sentiment est lui aussi défini comme possédant des degrés, depuis une conscience réflexive d’être l’auteur de mon action (version forte) jusqu’à un ressenti pré-réflexif (version faible). Mais Ataria présente des cas dans lesquels l’agentivité est annihilée : les sujets décrivent une incapacité à bouger, à réagir par la fuite pour se protéger, ou simplement ouvrir une porte pour sauver un proche. Selon Ataria, « Cette inaptitude à bouger conduit à une perte de contrôle qui, à son tour donne lieu à une dissociation : "Plus une personne se sent immobilisée et impuissante (*helpless*), plus elle est susceptible de se dissocier face à la menace" (Breh et Seidler 2007) ». Cette notion est corroborée par les témoignages suivants : « Vous êtes gelé, c’est un sentiment d’impuissance (*sense of helplessness*) et alors vous vous détachez simplement. », « Vous ne pouvez fuir nulle part, vous êtes simplement gelé sur place et il y a un très fort sentiment d’impuissance et alors, soudainement, vous n’êtes plus là, vous êtes simplement détaché. » Ataria propose ensuite de distinguer les cas d’effondrement de l’agentivité de ceux dans lesquels les sujets ont conservé le contrôle de leurs pensées : leur paralysie n’était que momentanée, ils attendaient le bon moment pour agir. Dans ces cas, les sujets ont réagi de manière appropriée, mais ils sont incapables de comprendre ce qu’ils ont fait et comment ils l’ont fait. Ils témoignent de l’impression d’avoir agi en « pilote automatique », « comme un robot », dans un engourdissement émotionnel.

Ces descriptions (son article en cite de nombreuses autres) amènent Ataria à poser une relation de réciprocité inversée entre mienneté (*Sense of Ownership* : SO) et agentivité (*Sense of Agency* : SA). Il propose un modèle selon deux schémas (je les reproduis et restitue l’explication d’Ataria pour chacune des lettres dans le second schéma) :

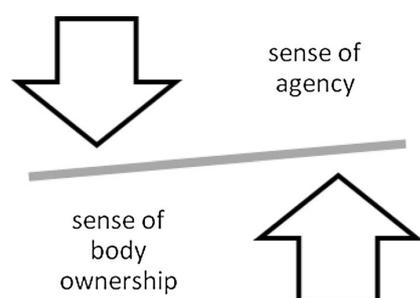


Fig. 1 Régulation (*Trade off*) entre le sentiment d’agentivité (*sense of agency*) et le sentiment de mienneté (*sense of body ownership*) durant le traumatisme. Pour acquérir du contrôle sur le corps, le sentiment de mienneté doit s’affaiblir : une dissociation partielle est nécessaire pour pouvoir assurer un fonctionnement (*to continue functioning*).

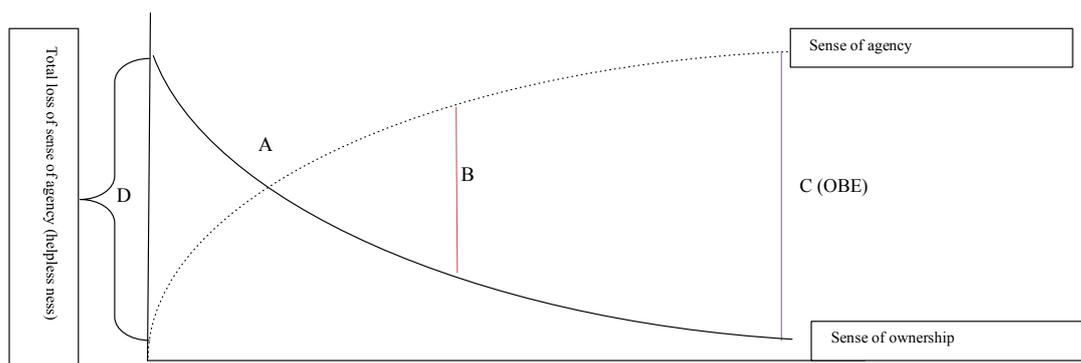


Fig. 2 Le modèle de la régulation entre le sentiment d'agentivité et le sentiment de mienneté (SA/SO). Il faut remarquer que ce dessin est seulement schématique. Par simplification, au point A le rapport SA/SO est défini comme étant égal à 1 ($SA/SO = 1$), à la gauche de A inférieur à 1 ($SA/SO < 1$) et à droite de A supérieur à 1 ($SA/SO > 1$).

« Point A ($SA/SO = 1$) : Ce point représente l'équilibre indiquant que le mécanisme SA/SO fonctionne correctement durant le traumatisme. Le SO s'affaiblit et le SA se renforce proportionnellement à la gravité (*severity*) de l'évènement traumatisant. Cet équilibre représente le fonctionnement optimum (*maximum ability to function*) face aux contraintes de la situation. En outre, il doit être noté que cet équilibre est flexible, dépendant et adapté aux circonstances de l'évènement traumatique.

Point B : Afin de prendre le contrôle du corps et du monde intérieur (*inner world*) la dissociation s'accroît ($SA/SO > 1$). Il n'y a pas de réponse claire à la question de savoir si le mécanisme dissociatif agit ici de manière appropriée ou inappropriée, puisque parfois, afin de rester sain durant de graves expériences traumatiques, on doit trouver le moyen de contrôler son monde intérieur³⁶. A cette fin, le sentiment de mienneté doit s'affaiblir et de ce fait une position à la droite du point A ($SA/SO > 1$) n'indique pas nécessairement un dysfonctionnement du mécanisme SA-SO. Toutefois, dans certains cas le SO chute trop rapidement (relativement aux circonstances de l'évènement traumatisant lui-même – par exemple dans le cas d'une mauvaise évaluation du niveau de danger) et dans ces cas le mécanisme SA-SO serait au moins partiellement dysfonctionnel, devenant trop puissant. Ce point demande clairement des investigations supplémentaires.

Point C : Ce point indique une expérience de décorporation (*Out of Body Experience, OBE*). On y devient complètement dissocié de son propre corps et du monde. A cet endroit, un monde alternatif est créé par le sujet traumatisé, un genre décorporé (*disembodied*) de réalité dans lequel un SA peut être généré par le sujet traumatisé. Il est important de noter que dans ce cas le SA opère en relation avec le monde intérieur, mental et non-pas avec le corps, et que ce sentiment d'agentivité a plusieurs qualités. Effectivement, il s'agit de ce que Herman (1992) décrit comme un besoin de la victime de basculer (*shift*) dans un état de conscience modifié pour garder le contrôle de son monde intérieur. Il est possible de suggérer qu'il s'agit en fait de l'explication du sentiment de calme accompagnant l'expérience de la surdité. Il semble que, durant une expérience gravement traumatique comme la captivité, l'inceste ou

³⁶ Ataria et Neria (2013) soutiennent que, afin de survivre en captivité et se maintenir sain d'esprit, un prisonnier de guerre (POW) doit trouver un moyen de contrôler son monde intérieur, ses pensées pour retenir, au moins dans une proportion minimale, son SA.

une blessure engageant un pronostic vital, une OBE, combinaison d'un fort SA et d'une absence de SO, soit la seule option permettant à l'organisme de survivre.

Point D : Un fort sentiment de mienneté (qui est, en fait, normal) sans aucun sentiment d'agentivité ($SA/SO < 1$). Cette combinaison se traduit par une paralysie (*freezing up*) et un sentiment d'impuissance (*helplessness*). Additionnellement, un trait essentiel de ce point est un sentiment de vide, le ressenti que la tête/l'esprit est vide et hors de contrôle. Il est aussi permis d'affirmer que ce sentiment est parfois accompagné d'un sentiment d'aveuglement. Dans ce cas l'on perd la capacité de contrôler son corps et son monde intérieur : le mécanisme SA-SO ne fonctionne plus. »

Curieusement, après avoir proposé sa modélisation, Ataria dégage deux nouveaux traits de ses données.

Le premier concerne le fait que durant une phase de dissociation, un sujet peut développer une insensibilité à la douleur (*immunity to pain*). Celui-ci peut constater qu'il est blessé sans toutefois ne ressentir aucune douleur. Mais à quel moment le sujet commence-t-il à ressentir la douleur ? Les descriptions qu'Ataria compare l'amènent à remarquer un trait commun : tant que les sujets, ou leurs proches, sont menacés par le danger, ils restent déconnectés de leur douleur. Il applique alors son modèle : « En d'autres termes, tant que le sujet a besoin de conserver le contrôle afin d'assurer sa survie, il reste dissocié, confirmant la précédente suggestion selon laquelle il y a une régulation entre le SO et le SA : quand le sujet se sent à nouveau en sûreté, le SA s'affaiblit et, selon la régulation, le SO se renforce, l'autorisant à ressentir la douleur. Seules deux personnes interviewées ont rapporté avoir souffert durant l'événement, et elles étaient toutes deux très grièvement blessées, au point de ne plus rien pouvoir espérer. Dans les deux cas, il en est résulté une perte complète du SA, un silence calmant et d'autres mécanismes dissociatifs (ndlr : non-précisés), mais tous deux ont conservé leur SO. »

Enfin, Ataria relève que pratiquement tous les sujets décrivent une modification de leur conscience du temps, qui est décrit comme un sentiment d'éternité, qui s'apparenterait plus au fait de se trouver en dehors du temps. Ataria l'assimile à un nouveau mécanisme de défense et rappelle un travail précédent dans lequel il affirmait un lien entre l'absence de conscience du temps et une baisse du SO : « En fait, il peut être affirmé que l'effondrement de la conscience du temps est, tout au moins, un effet dérivé du changement de proportion entre le SO et le SA. Cela est étayé par de nombreuses preuves empiriques (*empirical evidences*). Ainsi il apparaît que cet élément (le défaut de conscience du temps) est aussi l'une des caractéristiques centrales de l'expérience dissociative durant un traumatisme, et du modèle de la "régulation" ».

Ataria conclut son article par quelques remarques. Il relève plusieurs limites de son étude : « (1) Seuls des sujets terrorisés souffrant de syndrome post-traumatique ont été interviewés ; (2) les témoignages sont rétrospectifs et une évaluation (*assessment*) rétrospective d'une dissociation péritraumatique, des mois ou des années après l'événement traumatique est problématique, étant reconnu, dans la symptomatologie actuelle, que la mémoire de la dissociation péritraumatique est substantiellement affectée ; (3) les témoignages sont issus de l'introspection, et les expériences traumatiques sont initialement organisées sans représentations sémantiques, par conséquent les descriptions verbales sont limitées. »

Nous reconnaissons bien là les limites inhérentes à la description de toute activité, que les techniques d'explicitation auraient pu lui permettre de partiellement dépasser. Même si les vécus de référence des interviewés n'auraient peut-être pas pu faire l'objet d'une évocation profonde, à lire les variations de conjugaison ou de pronom personnel dans les extraits cités, on comprend que le cadre du questionnement n'a pas été poussé techniquement.

Néanmoins, Ataria affirme être convaincu que son étude constitue un premier pas dans la compréhension de l'expérience de dissociation péritraumatique (*peritraumatic dissociation*) : « Effectivement, il apparaît que l'adoption d'une approche phénoménologique nous permet de pénétrer dans le niveau pré-réflexif de l'expérience durant un traumatisme. » Il semble que, même dans ces conditions, le fait d'avoir pu prendre en compte la subjectivité des sujets ouvre de nouvelles perspectives pour le chercheur : « Les recherches futures devraient se concentrer sur des cas dans lesquels les sujets n'ont pas de sentiment d'agentivité, mais ont conservé le sentiment de mienneté (point D dans la fig.2). Je crois que, ce faisant, nous gagnerons une meilleure compréhension de la relation entre les mécanismes opérant durant le traumatisme et le développement des symptômes post-traumatiques. »

4 – Commentaire

Je voudrais d'abord remarquer qu'Ataria, bien qu'il se situe dans une méthodologie affirmant prendre ses catégories dans les données recueillies, recourt aux catégories préexistantes de dissociation, de mienneté et d'agentivité. Cette remarque ne constitue pas une critique négative, mais suggère que la question des catégories descriptives se serait peut-être complexifiée pour l'auteur à mesure d'une granularité plus fine.

Néanmoins, au niveau de description qui est le sien, Ataria propose un modèle qui a le mérite de distinguer deux « paramètres » du vécu dans une vision dynamique. Son modèle est-il limité aux vécus traumatisants ? J'ai pu poser la question à l'auteur, et celui-ci ne doute pas qu'il s'agit d'un modèle généralisable à tout vécu d'action.

Cela revient à poser que dans tout vécu d'action, à mesure que le sujet se sent mis en difficulté, l'équilibre entre sa mienneté et son agentivité (point A) peut suivre deux voies dissociatives, l'une (vers le point D) aboutissant, par perte d'agentivité, à une paralysie, l'autre (vers les points B et C) aboutissant, par perte de mienneté, à un comportement « automatique » (que je suis tenté de nommer passif-actif). Et, bien qu'Ataria présente des éléments modulant cette affirmation, il semble que la sauvegarde dépende de la conservation de l'agentivité.

Si nous admettons son modèle, comment résonne-t-il avec nos différentes pratiques ?

En ce qui me concerne, je reconnais d'abord que le point D semble rendre compte de l'expérience d'hypnose que Bahman Ajang m'a fait vivre l'année passée : la première phase d'induction a renforcé mon sentiment de mienneté, puis, dans la seconde phase, j'ai consenti à laisser l'accompagnement soulever *mon bras*, ce n'était pas *mon intention*, je n'étais plus agent. Je ne prétends pas, par cet exemple, mettre sur le point D toutes les expériences proposées par l'hypnose, d'autant que ce point est donné comme négatif dans le modèle et que le « bras levé » n'est pas représentatif de l'aide que peut apporter l'hypnose. Mais cet exemple contraste avec les exercices de Saint-Eble, aussi bien ceux du (fameux) stage que de l'université d'été, qu'une phrase du compte-rendu de Maryse résume : « (...) C'est le A qui par son travail intérieur pilote le dispositif », ce qui semble nous emmener vers le point B, au minimum.

Le modèle d'Ataria peut-il nous fournir un repère ?