

# Expliciter 148

## *Explicitation d'une anticipation en acte : l'expérience Bilobo<sup>1</sup>*

Éric Maillard, Grex2, UE 2025

*« L'adaptation au temps ! Cette expression n'est-elle pas paradoxale ? Le temps n'est pas une donnée physique, mais un concept, une notion, une donnée abstraite et le développement de la notion de temps est lui-même une forme d'adaptation à la réalité. La psychologie du temps est l'histoire de notre adaptation »*

Paul Fraisse, *Du temps biologique au temps psychologique*, PUF, 1979. p. 9

### **Introduction**

Au cours de l'université d'été de 2025, j'ai proposé un thème de recherche que je formulerais ainsi : révéler et déterminer la dimension anticipatrice de l'activité à l'aide des techniques d'explicitation. Proposer ce thème, et en saisir son caractère original, nécessite de faire un court passage sur le sens de notre démarche en psycho-phénoménologie. Les fondements théoriques de l'explicitation reposent en partie sur l'objet visé que cette technique se donne : aider à décrire le déroulement de l'action vécue passée afin de déterminer l'intelligibilité de la conduite, de permettre l'élucidation de l'action dans sa dimension pré-réfléchie. Cette finalité est rendue possible par la sollicitation, la mobilisation d'une propriété de la mémoire concrète, épisodique, qui donne accès à un ressouvenir singulier. Ce ressouvenir se manifestant comme un présent non actuel, on peut supposer que la manière dont on décrit ce qui revient est très liée à la manière dont on conçoit le présent et l'action. Mais, pour paraphraser F. Borde, qu'est-ce que le présent ? De quoi est-il constitué ?

Si G. Gusdorf est connu au sein de notre groupe de recherche pour ses recherches sur la mémoire concrète, je souligne que le premier chapitre de cet ouvrage<sup>2</sup> aborde le sens du présent. Même si la littérature est très abondante sur la question du présent voire de la présence, nous conviendrons avec Gusdorf de quelques caractéristiques fondamentales. « *L'actualité de notre expérience temporelle se situe dans le présent. Mais dès que s'est amorti ce caractère*

---

<sup>1</sup> Bilobo est le nom du modèle de luminaire designé par Afra et Tobia Scarpa pour Flos dans les années 60.

<sup>2</sup> Gusdorf. G., *Mémoire et personne*, la mémoire concrète, le sens du présent, pp. 1-44, PUF, 1950

*d'actualité, le présent devient un passé. A un certain moment, à une certaine distance, la transition s'effectue ; et ce qui était notre perception, notre action, la réalité immédiate de notre vie, se transforme, par le fait d'une sorte de déchéance, en un souvenir désormais détaché de nous, et confié à la garde notre mémoire, ce conservatoire de tous les présents déçus. Il semble, tout au long de notre existence, que notre présent soit un point se **déplaçant** sur une droite. » Ou plus loin : « ce qui m'est présent se donne toujours comme un ensemble organisé en fonction d'une situation donnée. La réalité matérielle sert comme mode d'expression à la réalité personnelle. » puis « le présent s'offre comme un moment de conscience organisé ... il y a toujours dans mon présent une aperception, l'appréhension globale d'un ensemble de données externes et internes, groupées dans l'unité de la situation. Cette aperception répond à une finalité organisatrice » ce que l'on peut entendre comme le but organise la conduite présente. « Le présent est construit. Il ajoute aux éléments que les sens empruntent au monde extérieur une direction d'ensemble. Ou plutôt c'est cette **direction** qui retient certaines parmi les informations des sens pour créer avec elles le moment présent de ma vie, en y ajoutant d'ailleurs des éléments empruntés aux sensations internes, ainsi qu'à la mémoire du passé ou à l'anticipation de l'avenir. » p.15*

Ce point de vue sur la complexité temporelle de la constitution du présent de l'action nous a vivement interpellé, nous menant à une réflexion sur la temporalité de l'action présente. De quoi est constitué le présent ? Comment pouvons-nous repérer les oscillations ou hybridations d'influence réciproques entre les savoirs déjà là, mobilisés en cours d'action (mémoire), les contraintes du réel de la situation (effectivité) et nos anticipations sur le devenir de nos actes (protention, imagination) ou comme le dit Gusdorf, qu'en est-il de « *l'interpénétration des dimensions temporelles* » dans la réalisation d'un acte concret ? Ce travail vise à explorer, dans cette distribution des horizons temporels, la dimension plutôt anticipatrice.

*« Nous ne vivons pas au présent seulement. Nous jouissons d'une possibilité d'élargissement par rapport au monde donné, que nous pouvons mettre entre parenthèses... la mémoire représente avec l'imagination un aspect majeur »*

L'anticipation est une activité mentale fondamentale et adaptative. Je considère comme inutile, ici, de justifier du rôle de l'anticipation dans la survie de l'espèce<sup>3</sup> (ou son manque dans la construction de sa propre fin), ainsi que son rôle dans notre développement psycho-social et culturel. De même, je considère que chacun est suffisamment conscient du rôle du temps dans notre organisation sociale pour ne pas alourdir l'argument, mais nous pouvons dire assurément qu'une partie de notre vie est organisée selon les contraintes temporelles (voire que le temps apparaît aujourd'hui comme une ressource convoitée)

Que vais-je faire demain ? Planifier, organiser, se projeter, se préparer, prévoir, se former, etc. permet à l'Homme de prendre des décisions, de concevoir les conséquences éventuelles de ses actes et de ses choix, de se projeter dans un contexte de possibles, de dessiner une trajectoire, un point de fuite, une perspective, de créer une continuité, d'éviter des problèmes plus ou moins graves, mais aussi de réaliser ou de contribuer à des actes qui dépassent notre temporalité propre et inscrire son histoire personnelle dans une histoire plus vaste (cf. notion d'œuvre chez Hannah Arendt).

Cet article voudrait se situer dans le prolongement de l'article de F. Borde, C. Kych, M. Sbriglio<sup>4</sup> qui mobilisait le concept de représentation fonctionnelle ou d'image opérative, venant de la psychologie ergonomique, pour rendre compte des phénomènes explicites. Cet article

<sup>3</sup> Berthoz. A., *Anticipation et prédiction*, Paris, Odile Jacob, 2015

<sup>4</sup> Borde. F, Kych C, Sbriglio M, *Analyse d'une expérience d'évocation*, Expliciter n°146, pp. 1-14

présente le travail qui a été effectué, dans notre sous-groupe, au cours de l'université d'été 2025.

En accord avec notre thème, nous privilégierons la phénoménalité des anticipations telles qu'elles se manifestent dans la réalisation d'une tâche concrète, basique. Les questions de recherche auxquelles nous souhaitons apporter une contribution se formulent de la manière suivante : Est-ce que les techniques d'explicitation permettent d'accéder à la mémoire de nos anticipations ? Comment nous souvenons-nous de nos anticipations avec l'EdE ? Comment nous apparaissent-elles ? De quoi se composent-elles ? A quoi elles servent ? Quelle est la contribution de l'anticipation dans la constitution du présent, de l'agir ici et maintenant ?

Enfin, nous nous pourrions nous interroger, vers la conclusion de ce travail, sur ce qui a fait qu'au GREX2, le vécu d'imagination a été écarté de toute investigation et exclu de toute participation à l'action, alors que ce travail m'a fait prendre conscience des liens entre explicitation et temporalité.

Il est temps, maintenant, de vous présenter l'expérience que j'ai volontairement chapitrée selon son évolution. Chaque chapitre sera suivi de compléments d'information et de commentaires avant d'essayer de conclure.

### **Illustration empirique : l'expérience Bilobo**

Cet entretien s'est déroulé durant l'université d'été 2025. Il a duré vingt minutes. Il s'agit d'un entretien unique, court. Je suis accompagné par Anne Bationo au cours de ce V2. J'ai l'intention de laisser revenir un moment où je réalise une tâche banale dans laquelle, *a priori*, je ne vois pas d'anticipation. Nous n'aurons pas le temps, ici, de nous arrêter sur l'accompagnement qui a permis que le voile se déchire de cette manière, mais je crois que nous y reviendrons bientôt<sup>5</sup>. La transcription de l'entretien a ensuite suivi toutes les étapes de traitement allant jusqu'au représentant 6. Je compléterai et commenterai les informations recueillies en suivant le déroulement de la phénoménalité de l'expérience. Cet article repose sur le fait que j'ai été A (interviewé), place nécessaire pour attester phénoménologiquement des faits. J'ai laissé la numérotation à des fins de traçabilité (la retranscription complète peut être disponible sur demande).

### **L'amorce**

2. A : j'ai un moment en tête qui me revient

3. A : je suis chez moi

5. A : j'y suis

7. A : je suis chez moi, j'ai acquis un luminaire et **j'ai le projet** de changer l'ampoule de ce luminaire

Complément : Je suis très confiant en entamant cette tâche. J'ai le savoir, l'expérience de ce type de bricolage que je réussis généralement. J'aime bricoler et j'ai hâte de voir ce luminaire installé, donc je suis motivé.

---

<sup>5</sup> Durant l'université d'été 2026, nous travaillerons sur le thème de l'accompagnement dans l'EdE.

### Description de l'objet et photos de la suspension :

10. A : En fait pour t'expliquer, ce luminaire possède une ouverture à peu près comme ça (*figure une forme ronde avec les mains*) donc là il n'y a rien (*montre le trou*) et fait comme une sorte de bulbe moulé en verre et dans ce bulbe il y a une partie métallique cylindrique, à peu près de cette taille, qui rentre dans cette partie ronde (*orifice*) du bulbe et c'est ça qui tient la suspension. Parce que dedans, il y a une barre qui empêche la partie cylindrique de s'enlever.



### Image anticipée implicitement, là dès le départ, définit le motif de l'action :

11. B : juste avant (*de te mettre en projet*)

12. A : (silence 8 sec) je veux me servir de ce luminaire, je constate qu'il n'y a pas d'ampoule et ce luminaire quand je veux m'en servir, je le vois chez moi, ***je le vois posé dans ma cuisine***

14. A : ah ***c'est une image***, je le vois, il est en position dans ma cuisine, en hauteur, il est fixé, je le vois au plafond, allumé très clairement

18. A : elle (la suspension) est dans mon dos, j'ai l'objet en face de moi et j'ai la cuisine dans le dos, j'ai l'intention de changer l'ampoule et ***j'ai déjà le produit fini en tête*** avec sa position, son ***destin*** d'une certaine manière, donc c'est dans mon dos derrière moi

20. A : oui oui, et ***j'ai le produit fini en point de mire, donc j'ai l'objet réel devant moi et j'ai l'objet figuré derrière moi, donc l'objectif c'est d'opérer toutes les opérations pour faire en sorte que ce que je suis en train de faire mène à cette image de produit fini***

Commentaires : je suis interrogé sur l'ante-début et c'est ce qui fait émerger la forme de mon intention de départ et la description de mon but. C'est ici que je commence à découvrir que le but est un point de vue décalé dans le temps, une image finie, connue, comme quelque chose qui m'attend et que je dois rejoindre en suivant un chemin que je ne connais pas encore. C'est une direction, un sens, un point de fuite, une perspective. Cette image-but est vécue comme créant les conditions, le contexte de l'action à venir. Sans ce but anticipé, je ne saurais où aller. Je me rends compte que ma tâche n'est qu'une étape dans un projet plus vaste : changer l'ampoule et installer le luminaire. Des temporalités se distinguent ainsi que leur interdépendance ou leur « emboîtement », l'articulation, coordination des buts. Les buts se fragmentent en sous-buts.

### **Déroulement chronologique effectif (tâtonnement empirique) de l'observation et des manipulations**

10. A : voilà donc je prends le luminaire, je le pose sur la table, je commence à le regarder

22. A : je le prends, je le pose, je l'observe « mais comment je vais sortir ça de là-dedans ? », alors je commence déjà à tirer la partie métallique qu'il faut que je sorte pour installer l'ampoule manquante

24. A : il n'y a rien qui vient, *je pensais que les ailettes allaient se plier (anticipation, croyance)* mais en fait ***elles ne se plient pas du tout***

Complément : le moment d'observation est actif. C'est moi qui observe et, pour cela, je déplace mon regard suffisamment pour prendre de l'information sur l'objet et les contraintes matérielles du réel (matière, malléabilité, fonctionnement, etc.) Je m'attendais à ce que soit facile. Le réel résiste car il ne correspond pas à mon savoir déjà là. Les ailettes ne se plient pas et ne fonctionnent pas comme je le pensais, comme je me l'étais figuré, représenté. L'obstacle du réel met en échec mes schèmes opératoires pré-existant. Je n'y arrive pas. Je suis en échec. Mes schèmes s'associent à des croyances sur ce que je peux faire qui limitent et même entravent mes capacités de résolution, et de création de nouvelles connaissances. Mes schèmes m'enferment dans un monde de solutions inadéquates.

### **Micro-génèse du calque**

26. A : là je me demande comment je vais faire parce que je n'y arrive pas en fait

Commentaires : l'échec de mes schèmes habituels rend la phase d'observation essentielle et pour m'accommoder de ce réel qui résiste, je tâtonne par essai-erreur dans des manipulations concrètes. J'ai le vécu d'un retour à l'observation. Je ne peux pas appliquer un modèle préétabli. L'observation signifie que je dois repasser par une activité de recherche.

### **Découverte du calque : (image opérative 1)**

48. A : j'observe si je peux, en enfonçant la partie métallique, bouger les ailettes métalliques pour trouver à le faire passer pour le ressortir en fait, j'ai un cylindre comme ça avec deux ailettes comme ça, je le fais descendre, je le fais pivoter, ***j'essaye de regarder par où je peux passer***, en fait je n'arrive pas intégrer le principe

49. B : quand tu essayes de regarder par où ça peut passer, comment tu t'y prends ?

50. A : alors il y a une couche, il y a une ***superposition d'une autre image*** de ce que je suis en train de faire aussi où figurent plusieurs possibilités de mouvement de ce que je peux faire avec la partie métallique du luminaire

52. A : oui oui oh (***expression de surprise de ce qui se découvre car arrêt sur ce phénomène***)

54. A : elle est là en fait, comme un plan qui vient ***filtrer*** la possibilité de pouvoir bouger la partie métallique dans tel ou tel sens, comme si j'avais des lunettes qui permettent aussi bien de voir l'objet que je suis en train de tenir et par transparence je peux arriver à filtrer et passer par les couches de possibilités

56. A : dans cette transparence, c'est très fin, il n'y a pas de profondeur et j'ai les lignes de contour de ce que je perçois (***dessin des possibilités qui y figurent***)

58. A : c'est très très fin, ces lignes ont la même couleur, qu'il s'agisse de la lampe ou de la partie métallique. Ce sont des lignes noires qui représentent des formes, celles du luminaire qui ne bougent pas mais j'ai des variations de positions de l'axe qui figurent les différentes possibilités de placement de l'axe à retirer

60. A : il y des positions que j'ai besoin de réaliser manuellement, concrétiser cette possibilité et d'autres (*dont je sais qu'elles sont impossibles, inutiles à réaliser*) mais en fait je fais des variations du même problème et de la même impossibilité puisque de toute façon je n'arriverai pas sortir la pièce comme ça, mais j'essaie quand même enfin je crois que c'est possible, je suis convaincu que ça reste possible.

Commentaires : Les règles d'action associées aux schèmes ne fonctionnant pas, le raisonnement ou le tâtonnement en acte procède sous la forme « et si je fais ça ... alors... ». Tout cela représente des possibles. L'entretien permet de mettre à jour comment je m'y prends pour observer. La description de ce moment révèle une image opérative sous forme d'un calque qui se situe entre moi et l'objet. Ce calque est composé comme du papier calque, même matière, même transparence et même fonction. Il médiatise l'action que j'ai sur l'objet. Ce calque en filigrane, en deux dimensions, représente les possibilités sous forme d'empreinte, juste les contours des formes des différents mouvements et déplacements des deux objets cylindre et bulbe. Il fonctionne comme un patron en couture, il figure les modèles, les possibles. Mon action consiste à ce moment à faire coïncider ce que je vois avec les modèles du calque. Je prends conscience que ce calque est déjà là. Il correspond à une image dans laquelle sont figurées des possibilités de mouvement issues de mon expérience accumulée. Je regarde comment le réel se situe par rapport à ce calque. C'est comme si je voulais rendre conforme mes mouvements, tâtonnements, ma recherche à ces modèles qui m'apparaissent au cours de l'entretien, contenu dans le calque. Je considère que cette image opérative m'empêche, me contraint, sans que j'en ai la moindre conscience dans le V1. En fait, je reste scotché à mon anticipation, je veux rendre le réel conforme aux possibles qui sont présents dans le calque. J'ai aussi l'impression que ce qui fonctionne comme un test de conformité comporte aussi une dimension d'identification, de diagnostic presque afin de déterminer si l'objet est connu ou inconnu. On pourrait considérer la fonction de ce calque comme une tentative de rendre familier ce qui ne l'est pas. Nous reviendrons sur cet aspect de production d'anticipations et ses relations avec l'appréhension de l'objet dans son devenir comme tentative de réduction de l'incertitude, de l'inconnu.

Ce calque est donc un intermédiaire entre l'objet et moi mais aussi peut être entre les différents types de stratégie pour savoir, une médiation, un instrument cognitif impliqué dans la réalisation de ma tâche. Cet instrument cognitif a un usage proche de celui de l'usage qu'il représente. C'est un calque qui ressemble à un calque et qui se maintient dans sa fonction première, celle de servir de modèle. C'est plutôt dans sa fonction diagnostic que cette image possède les caractéristiques de finalisation, sélectivité, de laconisme et de déformation fonctionnelle, propre à la représentation fonctionnelle

Ce n'est pas toujours le cas, nous le verrons avec la seconde image opérative qui amène l'idée qu'il existerait des images opératives de types différents. Il va falloir y regarder de plus près afin de ne pas généraliser abusivement.

### **L'éventail noir : (image opérative 2)**

28. A : il y un possible qui arrive

30. A : parce que comme je n'y arrive pas, ça me rend envisageable le fait qu'on ne puisse pas changer l'ampoule

32. A : c'est un champ noir, c'est un **contraste** entre l'objet fini qui est dans la cuisine et là (sur ma droite) j'ai un champ noir qui apparaît lié au fait que je me dise : « mince tu ne vas peut être pas pouvoir y arriver, si ça se trouve on ne peut pas changer l'ampoule » **il y a des luminaires comme ça si l'ampoule grille tu ne peux pas la changer** (référence à des expériences passées, mais je saisis ici que le modèle que j'ai sous les yeux ne correspond pas aux modèles dont l'ampoule n'est pas changeable)

33. B : et ce champ noir, **comment tu es relié à ce champ noir, peut être que tu y es relié peut être pas ?**

34. A : donc à partir de l'impossibilité, enfin j'essaye, je n'y arrive pas, là j'ai un champ noir qui s'ouvre, qui est une possibilité que je n'y arrive pas et ça s'ouvre comme un éventail

36. A : c'est un champ plat, c'est un plan noir « **qui se dégage dans le temps** » (idée émergente d'un lien entre le mouvement de l'éventail et la probabilité de réussite)

38. A : j'ai **l'image** un peu de l'éventail que m'a prêté hier Magali, ça fait comme un éventail, ça s'ouvre, c'est déjà ouvert d'ailleurs, ça s'installe ouvert

40. A : oui il y a des lignes de chaque coté

42. A : il y a l'objet, il y a le champ noir qui apparaît et là (derrière moi) il y a l'objet fini, le but quoi

44. A : ça reste l'objectif mais il se peut que je n'arrive pas à l'objectif, c'est ça le problème. Il faut que je trouve un moyen

46. A : le champ noir correspond à ce que je viens de faire, c'est-à-dire « je ne peux pas y arriver comme ça », bon alors j'essaye d'enfoncer la partie métallique pour voir s'il se passe quelque chose (**fonctionne comme un indicateur de possibilité de réussite ou d'échec, ouvert = échec, fermé = réussite un peu comme le symbole d'un variateur-interrupteur qui permet la continuité ou l'arrêt d'un flux**)

Commentaires : En 28A une possibilité nouvelle apparaît, elle est paradoxale : c'est impossible de réaliser cette tâche. Cette impossibilité comme possible ne figure pas dans le calque puisqu'il représente les possibles connus. Je réalise ici que chaque représentation fonctionnelle possède sa cohérence, sa logique et ses limites. La possibilité de cette impossibilité provoque une réorientation de la stratégie de recherche (**modification d'horizon ? Une bifurcation ?**) : le calque ne suffisant pas, il se crée un autre instrument pour aider à poursuivre la résolution de la tâche. D'abord un champ noir, puis une forme se distingue clairement : c'est un éventail qui apparaît. D'abord surpris : « mais qu'est-ce que cet éventail vient faire là ? », l'entretien m'amène à décrire ce que c'est et comment cela fonctionne.

L'éventail est connu de moi puisque c'est celui que Magali B. utilisait pour se rafraîchir à côté de moi lors de nos debriefings de l'université d'été. « *La réalité matérielle sert comme mode d'expression à la réalité personnelle* » pour reprendre Gusdorf (cf. introduction). Pour le dire autrement, nous faisons l'hypothèse que la représentation fonctionnelle se construit avec des matériaux contextualisés dans une logique d'opportunisme et de pragmatisme. Ce champ noir est donc un éventail. Progressivement apparaît le lien qui relie les mouvements de l'éventail et les probabilités de réussite : il y a une règle d'action : quand ça s'ouvre je m'éloigne de la solution quand ça se ferme je m'en rapproche. Il ne sert pas à me rafraîchir en accélérant le

mouvement de l'air, mais c'est sa dynamique d'ouverture et de fermeture qui est essentielle dans cet objet apparaissant.

Le calque est situé devant moi entre moi et l'objet, alors que l'éventail noir est situé sur ma droite. Il s'ouvre quand je m'éloigne de la solution et se ferme quand je m'approche de la réussite. Cet éventail est en lien avec mes actes concrets dont il estime l'efficacité. C'est un instrument de mesure, un indicateur, un voyant, un modulateur avec une fonction d'interrupteur comme en électricité. Catachrèse,

Donc pour le moment en V2, j'ai décrit deux représentations fonctionnelles qui remplissent deux fonctions distinctes, mais l'entretien m'amène à prendre conscience de quelque chose de différent qui va produire un changement d'échelle. Ces deux instruments sont en lien. Nous verrons que déterminer les liens change radicalement la description de ce qui se présente en évocation.

### **Des images opératives au système opératif : révéler les liens pour déterminer les dynamiques**

62. A : (*silence de 12 secondes pendant lesquelles je découvre et j'observe les reliances de ce qui se révélera un système dynamique*) oui il y a une sorte de lien entre ces deux plans ; le plan, le spectre ou la perspective noire comme ça et mon filtre

64. A : ils sont tous les deux en suspension, ils ne sont pas très éloignés et en fait là (le premier plan filtre des possibles) il y a les possibles manipulations de l'axe et là (éventail noir) je vois son résultat en termes de « est-ce que cela réduit ou élargit le champ de l'éventail ? » L'éventail réagit selon la probabilité de réussite ou d'échec et selon les essais-erreurs de manipulation

66. A : oui il y a une dynamique là, il y a quelque chose de dynamique qui les relie, ***une modulation du champ en fonction des possibles compris dans le filtre***. Je m'aperçois que je suis dans la variation d'une même impossibilité et ça ne bouge pas tant. Au départ quand c'est venu j'y ai cru, ça s'est réduit un peu et puis en expérimentant deux trois positions en fait non ça revient, je ne pourrai pas, ça reprend sa place d'origine d'impossible (*éventail ouvert = ça ne passe pas, discontinuité*)

Commentaires : le long silence qui inaugure ce moment témoigne de la surprise et du temps qu'il me faut pour observer ce que je découvre, à savoir, le système de reliance et le fonctionnement du système. Cette prise de conscience m'amène à observer le système dans son ensemble. Tout est en lien dynamique, il y a du mouvement et c'est en suivant le mouvement que je constate le sens du système.

Voici comment je décris ***la phénoménalité de ce qui m'apparaît*** maintenant que les liens ont été perçus et que j'ai une vision d'ensemble : ça part d'un point de vue en première personne, de mes yeux, je suis incarné, je focalise sur la suspension et mon regard passe par le calque-filtre, je tiens les objets dans mes mains, je tente des pseudo-solutions ; et je regarde l'éventail (mentalement, je ne suis pas sûr que je fasse le geste de tête concrètement, c'est plutôt un geste intérieur) pour voir comment il évalue ce que je fais. Il y a un faisceau lumineux qui part de mes yeux qui traverse le calque pour passer par la suspension en verre, ça sort de la suspension et tourne à droite vers la direction de l'éventail. Le flux passe par l'éventail et je peux identifier que ce flux de lumière possède un sens de circulation. Une fois à l'éventail, le flux poursuit ou non son trajet vers l'image anticipée de la suspension dans ma cuisine. Je peux observer la trajectoire du flux qui se rapproche de la lampe dans mon dos si je suis près de la solution ou au contraire reste proche de l'éventail sans le dépasser si ma tentative de solution est inopérante.



Ainsi puis-je distinguer nettement le devenir de ce flux qui représente, à travers le sort, l'évaluation qu'il subit dans l'éventail, la continuité de ma tentative ou y met un coup d'arrêt.

### **Phase intermédiaire fantasmée comme moment de réorientation de la tâche : changement de registre de fonctionnement**

68. A : ensuite je commence à m'énervé

70. A : j'en viens à envisager des solutions un peu plus radicales

72. A : je ne suis pas dans la nuance technique de l'affinement pour savoir comment je pourrai faire, j'en viens à des solutions plus brutales et la solution plus brutale c'est de me dire « attends, moi mon objectif c'est de sortir l'axe et bien je vais casser la suspension si c'est le seul moyen », donc j'arrive sur une hypothèse où pour aller sur mon objectif, je casse le luminaire en fait

74. A : bah non ce n'est pas possible, je ne peux pas en arriver là

75. B : comment elle t'apparaît cette hypothèse ?

76. A : bah je me vois prendre la suspension et la casser comme ça (*jeté par terre*)

80. A : c'est de l'image... je me vois le faire, *je me vois me dédoubler, j'ai la scène qui se déroule devant moi en fait, comme si je sortais de mon corps (pour réaliser un acte imaginaire)*. C'est une scène animée, c'est un scénario qui se déroule devant moi, c'est dynamique

84. A : je me rends compte que je ne peux pas faire ça, en fait je l'ai cassé, je l'observe, je constate les dégâts, tu vois, et du coup je me dis « *c'est complètement idiot* ce que tu es en train de faire »

86. A : que je ne peux pas faire ça, j'observe les miettes, les bouts de verre, je suis content parce que je vois la partie métallique, mais je me dis : « ça sert à quoi maintenant ? », je me trouve dans une position un peu *ridicule* où je me surprends moi-même, mais c'est une possibilité qui s'est presque réalisée pour moi, elle est un équivalent de... ça m'a permis de me défouler (en *fantasme* : mise en scène mentale qui a pour but la réalisation d'un désir) c'est une hypothèse que j'ai réalisée un peu mais que je sais ne pas pouvoir faire dans le vrai

88. A : je me reprends avec l'impression de me ressaisir, revenir un peu en moi et me dire « non maintenant il faut trouver un moyen »

90. A : c'est une impression de réintégrer mon corps (unifié, la vision de moi à distance se réassemble, l'ombre blanche de moi-même devant moi, sortie de mon corps, y retourne) et être présent de nouveau, c'est comme si j'avais eu une sorte de déviation de mon intention, à un moment j'ai quitté ce que j'étais en train de faire pour faire attention au scénario qui était en train de se réaliser (*en fantasme*) et donc c'est comme si je refocalisais sur ce que je suis en train de faire.

*Complément* : « A lutter contre la bêtise, les plus doux et les plus justes des hommes finissent par devenir brutaux » disait Nietzsche<sup>6</sup>. Je crois que c'est ce qu'il m'est arrivé. Je perds patience, je ne trouve pas la solution. J'adopte une solution imaginaire, fantasmée, totalement inadaptée qui propose une fin absurde à la réalisation de la tâche que je m'étais donnée. Je casse l'objet. Ce moment m'apparaît avec clarté et réalisme. Je le fais vraiment dans ma tête. Cela

---

<sup>6</sup> Nietzsche F. « *Humain trop humain* », Gallimard, Folio essai, 1968

dure une fraction de seconde, et se manifeste comme une idée flash, fugace. Il y a comme une sorte d'abandon transitoire où je m'autorise à répondre à mon objectif de manière irrationnelle.

Commentaires : Le vécu de cet épisode est celui d'une régression pouvant se rapporter à la théorie des registres de fonctionnement de Pierre Vermersch<sup>7</sup>. Passivement je change de mode de traitement rationnel et technique à un registre d'expulsion de la frustration devant mon échec en cours. Mon insatisfaction immédiate demande à s'exprimer. Je n'ai pas le choix, je ne le décide pas, ça se fait devant moi. Ça se fait en fantasme et me rendant compte du ridicule dans le traitement et dans la finalité de mon acte, je me reprends et poursuis mes tentatives, soulagé que cet épisode ne soit qu'un fantasme. Cette réalisation fantasmatique me permet de revenir à la situation plus sereinement et me refocalise sur mon objectif.

### **Poursuite de l'action :**

92. A : je retente quelques essais, j'insiste encore et je commence à tirer sur le fil, je prends le cylindre et je commence à tirer sur le fil pour voir si ça change quelque chose et en plus je me disais qu'en plus, avec le fil, il y a peut-être un système

94. A : et ça ne change rien

95. B : est-ce que tu serais d'accord si on s'arrêtait là ?

96. A : ok

### **Conclusion, discussion et perspectives**

Ma première conclusion vient de l'émerveillement produit par la mise au jour d'un fonctionnement intermédiaire absolument non-conscient pendant la réalisation et confirme, comme s'il en était besoin, la puissance productive de l'entretien d'explicitation. Je considère que j'ai maintenant de l'expérience dans ce domaine et je suis toujours et encore étonné par la capacité de la technique à dépasser ce que l'on croit savoir. Il est possible de révéler nos anticipations passives à l'aide de l'explicitation et donc de documenter la passivité alors que nous n'en avons pas conscience.

Ensuite, le système opératif, on pourrait presque parler de monde opératif, est passif. Il est le produit d'une synthèse passive qui rassemble tous les savoirs accumulés et un ensemble de projections de possibles.

Cette expérience m'a permis aussi de développer ma connaissance sur les modalités de l'opérativité comme processus d'adaptation anticipée implicite. Les représentations fonctionnelles sont des opérateurs dynamiques figurant les modalités d'adaptation à un contexte, des circonstances, des objets, et un sujet pour une conduite finalisée. Ce sont des guides anticipés pour l'action à venir.

Ces représentations fonctionnelles sont des anticipations (de l'immédiateté pour cet exemple) qui hybrident les temporalités passées (les anticipations sont des représentations), présentes et à venir rassemblées dans l'objectif de la situation. Elles sont une médiation inévitable par la production d'intermédiaires cognitifs qui régulent les interactions du sujet avec son environnement.

---

<sup>7</sup> Vermersch. P. « analyse de la tâche et fonctionnement cognitif dans la programmation de l'enseignement », in Bulletin de psychologie, XXIII, 343, pp. 179-187, 1977

On pourrait même considérer que cette médiation constitue une aire intermédiaire d'expérience opérative qui permet les transitions, les passages, (sens du concept de modalisation chez Husserl ?) voire les transactions entre le sujet et son environnement.

Comment se compose le système opératif ? Le système opératif est composé de représentations fonctionnelles de nature différentes. Le calque est quasi-similaire à l'usage habituel mais est augmenté d'une fonction diagnostic. L'éventail est une catachrèse c'est-à-dire un détournement de sa fonction première pour un autre usage (exemple : je me gratte avec un tournevis) le tout étant relié par un flux lumineux qui circule, produit de l'information sur les probabilités de réussite ou d'échec et oriente mes stratégies de recherche, autorisant la continuité du processus en cours. Ce système opératif se voulait adapté à la tâche en vue de sa résolution.

Un autre point me semble important. J'ai laissé revenir une situation qui me paraissait banale dans laquelle je ne pensais pas trouver d'anticipation. J'en suis arrivé à me dire qu'il n'existe pas d'action sans anticipation ; l'action est un devenir qui s'échappe à lui-même dans la poursuite de sa finalité, et comme elle court vers sa fin elle ne peut se situer que dans un processus qui impose la création de sa propre continuité et donc une partie de l'avenir.

Je reprends ces deux points : existe-t-il des actions qui ne comporteraient pas d'anticipation ? Et qu'en est-il de la genèse de la continuité chez Piaget et chez Husserl.

Existerait-il des actions sans anticipation ? Ce qui me vient en premier en réponse à cette question concerne plutôt ce qui relèverait du psycho-traumatisme. On pourrait considérer que le choc traumatique, l'effraction que l'événement produit sur la psyché vient du fait que le sujet n'a justement pas pu anticiper par la soudaineté de l'événement mais aussi son improbabilité et l'incrédulité que l'événement se produise. L'absence d'attente sur les possibles arrivants serait une condition de l'impact.

Le second point que cette expérience a fait émerger porte sur les questions suivantes. Comment Piaget et Husserl conçoivent les anticipations ? Quelle est l'étiologie, la genèse de l'anticipation ? Ou plus exactement comment se constitue la continuité temporelle chez ces auteurs ? La question est ambitieuse, j'espère qu'elle suscitera des échanges. Je n'en donnerai que quelques éléments ici. Comment la conscience humaine constitue la continuité du monde ?

Pour Piaget, la continuité temporelle du monde est liée à la constitution de la permanence de l'objet chez l'enfant. Piaget démontre, par une observation fine des réactions de l'enfant, à différents âges, à la disparition d'un objet caché sous un linge. Chez Piaget, la permanence de l'objet est une construction. L'enfant doit construire des schèmes mentaux pour pallier l'absence sensorielle. Sans cette permanence, le monde est une série de tableaux qui apparaissent et s'annihilent. La permanence de l'objet permet donc de se représenter l'absence sans risquer la destruction de la continuité du monde. La continuité est donc liée au développement cognitif de l'enfant. La permanence de l'objet naît de l'action (manipuler, chercher, cacher). C'est le résultat d'une coordination motrice qui devient représentation mentale, facilitée par ce que représente l'acquisition du langage concomitamment à cette étape de développement. Cette capacité naissante de nommer offrira un équivalent de présence de l'objet absent. La continuité temporelle vient donc chez Piaget de l'action, du langage, fruit de l'expérience qui permet la constitution progressive de schème et de représentations. L'objet absent continuant d'exister, le monde peut perdurer.

Pour Husserl, même si je ne suis pas spécialiste, il y a une différence notable dans la genèse de la continuité. La constitution de la continuité n'est pas le produit de l'expérience et du développement mais bien plus une propriété fondamentale de la structure de la conscience elle-même, et en particulier de la conscience du temps. Elle ne s'apprend pas, elle est la condition

même pour que nous puissions percevoir un objet en mouvement. C'est l'attente du moment suivant (la protention) qui maintient l'objet dans l'horizon du présent et qui en constitue sa stabilité, sa permanence. C'est ce qui permet à l'objet de ne pas s'évanouir à chaque instant. C'est une anticipation vide qui demande à être remplie par la perception continue. On a l'impression qu'il y a quelque chose de matriciel dans ce point de vue. La constitution de la continuité est en même temps établie et certaine, mais aussi toujours à actualiser. Les anticipations que nous avons documentées ne sont pas des anticipations de tout. Des choses existent dans ce monde que nous n'avons pas besoin d'anticiper car ils offrent une invariance, une permanence incontestable (exemple ; jusqu'alors le jour suit la nuit, le ciel sera encore là demain, enfin j'espère).

Ces deux points de vue ne me semblent pas incompatibles et nous en échangerons lors du séminaire. On pourrait considérer la protention chez Husserl comme la structure phénoménologique qui rend possible la permanence de l'objet. Sans la capacité de la conscience à s'étendre vers l'avenir la permanence de l'objet serait impossible.

Je finirai cet article par quelques remarques. Ce travail sur les temporalités dans l'action évoquée m'a fait prendre conscience de l'importance de la dimension temporelle dans la pratique et la technique de l'explicitation. Ralentir, interrompre, fragmenter, reprendre les mots comme tentative pour maintenir le flux de l'autre, reconstituer la chronologie effective, etc. sont autant de moyens qui agissent sur la dimension temporelle de l'expérience. En fait les techniques d'explicitation sont des instruments de régulation de la temporalité vécue à des fins descriptives. Dans cette temporalité vécue il me semble que l'anticipation occupe une place essentielle, qui détermine l'intelligibilité de l'action autant que la mobilisation des savoirs déjà acquis. C'est pourquoi je m'étonne que P. Vermersch ait écarté le vécu imaginaire du champ d'étude de l'explicitation. Il me semble qu'il est temps de discuter de cette dimension de l'activité.

Le questionnement en explicitation portant sur la description des anticipations me semble devenir un incontournable dans la mise en évidence des aller-retour dynamiques entre rétention-attention-protention, permettant de mieux comprendre la dynamique de l'action définie comme un cours, un flux pris entre le connu et l'inconnu de la temporalité venue, présente et à venir.

La description de la dimension anticipatrice de l'activité montre son caractère opératif et adaptatif, dans la rencontre avec l'obstacle que peut représenter le réel mais aussi son originalité créative à chaque instant, particulièrement présente quand le réel ne rencontre pas de vécus passés et où le sujet est contraint d'innover, de créer. Définir des buts, des perspectives, des visions, des projets mobilise l'anticipation comme transposition d'un monde de possibles en devenir à l'aide d'une imagination créatrice, composante incontournable du présent vécu.

### **Perspectives**

Enfin, ce thème proposé me semble pouvoir s'appliquer à une grande variété de classe de situations. Si nous y prêtons attention, la plupart des verbes d'action qui commencent par le suffixe pré- impliquent de l'anticipation. Ces activités pourraient permettre d'intégrer de nouveaux concepts comme celui de pré-occupation passive ou de pré-expérience en vue de saisir leur influence sur l'action présente.

Concevoir ce qui n'est pas encore conçu, envisager l'inenvisageable sont autant de compétences qui me semblent fort utiles. Mais à y regarder l'état du monde, on pourrait aussi conclure que cette capacité à anticiper ne plaît pas à tout le monde et que malheureusement elle semble nous faire souvent défaut. Il y aurait des choses que nous ne voulons pas anticiper car, tout en le sachant nous ne voulons pas les voir, elles nuiraient aux intérêts immédiats.

Cette expérience relatée déborde de données et de possibilités d'interprétation. Il y a encore des aspects de ces expériences qui n'ont pas été exposés dans cet article. Nous essayerons de donner une suite à ce travail qui inaugure, selon moi, un authentique champ de recherche.

## ***Les concepts de l'attente dans la phénoménologie de Husserl***

*Frédéric Borde*

*Lors de notre dernière université d'été, j'ai participé aux travaux du sous-groupe formé autour du thème de recherche proposé par Éric Maillard, exposé dans le compte-rendu du n° 147 d'Expliciter :*

*« Que savons-nous des attentes, des anticipations, des projections, des activités d'organisation voire de maîtrise de l'avenir lorsque nous agissons ? (...) Comment le sujet constitue-t-il sa temporalité à venir ? (...) C'est le thème que j'ai proposé au groupe lors de notre université d'été et nous l'avons formulé de la manière suivante : révéler et déterminer la dimension anticipatrice de l'activité. »<sup>8</sup>*

*Puisque dans ce numéro d'Expliciter, Éric propose un article d'analyse de données issues de nos travaux, je saisis l'opportunité d'exposer sommairement les concepts que Husserl a développés pour traiter de cette dimension du vécu qu'est l'attente. D'une part, la prise en compte de ces concepts me semble pouvoir accompagner l'article d'Éric (que je n'ai pas encore lu au moment où j'écris ce texte, mais nous en avons déjà beaucoup discuté), permettant de mettre en valeur ses enjeux et, d'autre part, ces concepts sont fondamentaux dans le cadre théorique psycho-phénoménologique qui est le nôtre.*

### **1. Le présent vivant**

Comme d'autres auteurs avant lui, par exemple William James, Husserl conçoit la conscience comme un présent en perpétuelle transition, pris dans un flux temporel. La notion de *flux* est elle-même une image, car la conscience n'est, ne vit jamais que dans le présent. Mais il est aussi évident que ce présent est toujours transitoire, il glisse dans le passé, perpétuellement, sans que je n'y puisse rien opposer. Ce glissement n'est pas un acte que je fais volontairement, *il se fait*, comme se fait l'écoulement d'une rivière.

Nous ne vivons qu'au présent, mais ce que nous appelons le présent, le *maintenant*, n'est pas un point isolé du point précédent dans la succession. La perception me permet d'être en relation, instant après instant, avec un monde d'objets, mais pour que j'attribue un sens à ces objets, il

---

<sup>8</sup> Éric Maillard, in Frédéric Borde, "Université d'été 2025, Retour à la pratique d'entretiens de recherche pour documenter trois nouveaux thèmes », *Expliciter* n° 147, novembre 2025, p. 7

me faut les constituer *dans* une continuité temporelle, une durée. L'exemple de la mélodie me met devant cette évidence : la note que j'entends maintenant prend son sens mélodique grâce aux notes que j'ai entendues précédemment, et que je conserve dans une rétention<sup>9</sup>. Ce constat n'est pas seulement valable pour un objet essentiellement temporel comme la mélodie, car même dans le cas d'un objet matériel inerte, la perception que j'en ai n'est toujours celle que me permet mon *point de vue*, et celui-ci ne me donne accès qu'à un aspect de l'objet (cet aspect est ce que Husserl appelle une *esquisse*). Je dois, pour découvrir l'objet dans son intégralité, prendre le temps de sa découverte, en faire le tour. La conscience, dans la perspective de Husserl, est une intentionnalité : elle est définie par la prise de connaissance *de* quelque-chose, elle *est relation* avec son objet, et cette relation est temporelle. Le présent vivant est donc un halo temporel qui contient le maintenant et le tout juste passé. Mais cette conception du présent, que Husserl expose dans ses *Leçons pour une phénoménologie de la conscience intime du temps* (1905), dessine un sujet qui ne fait que constituer le sens de ce qui se présente, dans une attitude passive et restant aveugle à ce qui va arriver. Il lui manque un pan essentiel, que l'on pourrait considérer comme symétrique au passé, celui du futur. Même s'il est reconnu que dans ce texte, Husserl ne donne pas beaucoup de place au futur<sup>10</sup>, il propose tout de même un concept désignant l'intention dirigée vers l'à venir : la protention.

« Tout processus originairement constitutif est animé de protentions qui constituent à vide l'ad-venant comme tel et s'en saisissent, l'amènent à la réalisation. »<sup>11</sup>

Ce n'est pas une définition très développée, mais Husserl énonce ici une généralité, une loi d'essence, que nous pouvons déployer. Il énonce cette loi à propos de « tout processus originairement constitutif », ce que l'on peut comprendre par « toute perception qui constitue le sens d'un objet »<sup>12</sup>. Cette perception constitutrice est « animée de protentions qui constituent à vide l'ad-venant ». Il nous faut comprendre ce que « constituer à vide » signifie : Husserl renvoie à sa conception dynamique de l'intentionnalité, dans laquelle l'intention signitive, sous forme de représentation vide, donne un « cadre » pour un remplissement intuitif. Par exemple, à table, je cherche la moutarde, et en balayant des yeux les divers objets présents sur la table, j'ai à l'esprit un modèle, un type, une représentation vide du pot de moutarde, puis je perçois un objet qui correspond à ma recherche, et cette perception identifiante est un remplissement intuitif : j'ai alors en vue un pot de moutarde « en chair et en os ». Je peux encore le formuler ainsi : ma protention – sous forme de représentation vide du pot de moutarde – se *réalise* dans la perception du pot de moutarde « en chair et en os ». La *réalisation* désigne donc l'aboutissement au remplissement intuitif. Ce schéma, Husserl l'applique donc à toute perception : cela implique qu'à chaque moment de ma vie intentionnelle, ma constitution de ce qui est présent pour moi comprend toujours une part protentionnelle, une attente de l'ad-venir.

## 2. La protention et l'horizon

Dans la suite de ses travaux, Husserl reprendra ce thème en découvrant sa complexité. Par exemple, dans les *Manuscrits de Bernau*, il tâche de prendre en compte la protention et de la tenir ensemble avec l'impression originaire et la rétention, pour réformer sa conception du présent vivant. Conception que R. Bernet et D. Lohmar formulent ainsi :

<sup>9</sup> Je reprends ici les éléments que j'ai exposés dans « Le modèle de la mémoire de Husserl », *Expliciter* n° 142, juin 2024, p. 18-33

<sup>10</sup> Cf. Bruce Bégout, *Généalogie de la logique*, Vrin, 2000, note 3 p. 26 : « Il est vrai que Husserl, dans les *leçons* de 1905, appuie principalement l'intentionnalité temporelle sur la modification rétentionnelle, laissant dans l'ombre l'intention dirigée vers le futur. »

<sup>11</sup> E. Husserl, *Leçons pour une phénoménologie de la conscience intime du temps*, PUF, 1964., p. 71

<sup>12</sup> Mais on peut l'élargir à « tout acte objectivant », tout acte qui constitue un objet.

« Le vécu présent du remplissement est donc en réalité conscience du devenir-présent de ce qui a été anticipé dans les protentions passées. »<sup>13</sup>

Cet énoncé donne un aperçu des recherches que l'on peut trouver dans ces manuscrits, parmi les plus difficiles à pénétrer, mais il signale surtout l'importance que Husserl va désormais conférer à la protention. Ces travaux sont le point de départ d'une nouvelle période dans l'œuvre de Husserl, qualifiée habituellement de *phénoménologie génétique*, dans laquelle il élargit ses considérations. Toujours soucieux de décrire les conditions de possibilité de la science et des connaissances, il s'intéresse de plus en plus au fait que cette connaissance prend son origine dans « la vie dans le monde ». Et c'est en décrivant l'expérience de l'attente que Husserl va développer le concept d'horizon :

« Une observation exacte nous apprend – et cela serait un complément nécessaire (ndlr : à l'impression originaire et à la rétention) – qu'une autre sorte de présentification appartient encore à la perception, celle que nous nommons protentions. Ce sont les pré-attentes suscitées d'emblée et constamment par l'écoulement des rétentions et se modifiant de façon continue. Continuellement un horizon de futur est éveillé, même s'il est obscur et relativement indéterminé, constamment un futur « arrivant » immédiatement est constitué et toujours modifié à nouveau. »<sup>14</sup>

Dans ce début de présentation, Husserl présente deux aspects importants. Tout d'abord, la protention est « suscitée d'emblée et constamment par l'écoulement des rétentions ». Cela correspond à l'idée que le remplissement intuitif ne satisfait jamais complètement la visée intentionnelle, et que l'écoulement des rétentions, tout en permettant la constitution de la partie de l'objet tout-juste identifiée, révèle en creux ce qui reste à connaître et motive l'attente. Le deuxième point est donc lié directement au premier : c'est une caractéristique essentielle de la protention d'être toujours composée d'une partie pré-déterminée (= par les acquis conservés dans la rétention<sup>15</sup>) et d'une partie indéterminée (= ce qui n'est pas encore advenu). D'autre part, Husserl précise par deux fois que la protention « se *modifie* de façon continue », ce qui signifie qu'elle est elle-même dans la dynamique du flux continu. Husserl reprend l'exemple du son :

« Le son qui retentit et continue de retentir résonne dans un futur conformément à la conscience, il tend, pour ainsi dire, à la perception ses bras grands ouverts. Aussi vide et indéterminée que puisse être cette continuité de pré-attentes, elle ne peut pas être entièrement indéterminée, le style en quelque sorte de l'« à venir » est préfiguré par le passé immédiat. »<sup>16</sup>

L'exemple de la mélodie permet de saisir ce que Husserl entend par « résonance dans un futur conformément à la conscience » : la note que j'entends maintenant prend son sens mélodique grâce à la rétention des notes précédentes, mais en s'ajoutant au parcours mélodique déjà construit, elle oriente, elle réduit les possibles, elle pré-détermine la note à venir. La prochaine note n'est pas certaine, mais elle ne peut pas non-plus être « n'importe laquelle », elle doit arriver en respectant une conformité, que Husserl nomme « style ».

« Le changement de ce qui se présente et passe effectivement entraîne aussi nécessairement le changement de la teneur de sens de l'« à venir » – ce changement restant à cette occasion également conservé rétentionnellement. »<sup>17</sup>

<sup>13</sup> R. Bernet et D. Lohmar, *Introduction des éditeurs*, in E. Husserl, *Manuscrits de Bernau, Sur la conscience du temps, 1917-1918*, Million, 2010, p. 22

<sup>14</sup> E. Husserl, *De la synthèse passive*, Millon, 1998, p. 74

<sup>15</sup> Je me suis permis, parfois au sein des citations de Husserl, d'ajouter entre parenthèses (= sous cette forme) des éléments facilitant la compréhension.

<sup>16</sup> Ibidem

<sup>17</sup> Ibidem

Admettons que le compositeur soit talentueux, et que la nouvelle note soit conforme, mais quand même surprenante : elle change la tournure mélodique et rafraîchit l'horizon des possibles (= teneur de sens de l'à venir) pour la prochaine note. Ce changement passe évidemment dans la rétention.

« Si chaque passé récent est un continuum d'esquisses des présents constamment disparus, alors chaque futur juste à venir est une esquisse de second degré, une ombre projetée par ce premier continuum d'esquisses. C'est justement une loi originaire qui veut que chaque écoulement rétentionnel – dans une pure passivité, sans participation du moi actif – motive aussitôt et constamment des intentions d'attentes et par là même les produit, ces motivations étant déterminées dans le sens de la ressemblance de style.<sup>18</sup> »

Le concept de protention est ici formulé sous forme de loi d'essence selon deux traits : 1) les protentions sont constamment produites, motivées et déterminées (quant à leur contenu pressenti) par une règle de ressemblance que Husserl nomme « style » 2) Ce processus est *primaire*, immédiat, sans aucune intervention du moi actif, c'est donc une synthèse passive. Mais si ces deux traits suffisaient à définir la capacité protentionnelle, celle-ci serait très rigide. Il faut ajouter ceci :

« Les intentions d'attentes peuvent soit se remplir, soit se décevoir. Le progrès de la perception du même est caractérisé par le fait que ce ne sont pas seulement les attentes qui suivent les attentes, mais qu'entre toujours à nouveau en scène une impression originaire nouvelle, qui remplit nécessairement la ligne d'attentes suscitées en dernier – à savoir dans la mesure où et aussi longtemps que cette même ligne reste perçue. La déception ne peut concerner que des moments (= des aspects) singuliers. »<sup>19</sup>

La protention n'est pas rigide, elle est seulement présomptive et peut recevoir une confirmation comme une déception. C'est une nécessité, puisque ce qui advient peut présenter une part variable d'inattendu. Mais dans cette précédente citation, Husserl parle du cas particulier de la perception du *même objet* qui se constitue dans la durée. Il indique que dans ce cas, les impressions originaires nouvelles doivent nécessairement remplir, confirmer les « lignes d'attentes suscitées en dernier » par la perception. Cela signifie que l'objet en train d'être constitué selon un certain style *doit continuer ainsi* : la continuité du processus de la constitution et l'acquisition de l'unité de l'objet sont interdépendantes.

Si je reprends mon exemple imaginaire de la mélodie comme « même objet », la « déception ne peut concerner que des moments singuliers » signifie que la prochaine note, singulière, peut me surprendre, mais je m'attends à ce qu'elle respecte le système d'organisation mis en place jusqu'ici, confirmé et renforcé par chaque nouvelle note passée, par exemple la gamme de si bémol. Si cette mélodie est jouée par une flûte, et que sa nouvelle note sort de la gamme si bémol, mais que les violons qui l'accompagnent restent dans cette tonalité, alors je la vivrai comme rupture de l'unité de la mélodie, comme une « fausse note ». Ou bien je peux être surpris parce que la nouvelle note de flûte bascule dans une autre tonalité, ce qui est confirmé par les violons, et toute la mélodie dessinée jusqu'alors conserve son unité en prenant un nouveau sens, une nouvelle orientation. Entre ces deux possibilités, ce qui fait la différence entre continuité ou rupture de l'unité de la mélodie sont des *règles*, en l'occurrence celles du système tonal. Et il n'est pas besoin de les connaître pour que l'attente, dans l'écoute, soit normée par ces règles, elles sont intégrées par habitude, il s'agit d'une *culture*. Bien sûr, un compositeur peut chercher à changer ces habitudes, mais il sera toujours dans le souci de créer de nouvelles règles lui permettant de produire de nouvelles unités, règles que l'auditeur devra intégrer.<sup>20</sup>

<sup>18</sup> Ibidem

<sup>19</sup> Ibidem

<sup>20</sup> Même dans le cas extrême de John Cage, pour qui « tout son est musique », son œuvre dépend d'unités



### 3. Élargissement de l'horizon

Bien évidemment, le lien entre la protention et la constitution d'une *unité* ne concerne pas seulement la musique, il est fondamental pour l'ensemble de notre capacité d'agir dans le monde. Pour le comprendre, il faut insister sur l'enjeu de la *mêmeté* : de la possibilité de constituer un objet en tant que « même objet » dépend la possibilité de l'identifier, de le déterminer en tant que *fini, distinct des autres, persistant, etc.* et donc d'en disposer comme objet de connaissance. C'est dire que même si la protention présente un « avantage adaptatif <sup>21</sup> » à conserver une souplesse face à ce qui advient, elle ne *peut pas* être trop gravement déçue, car alors l'unité de l'objet en cours de constitution serait brisée, et c'est la connaissance acquise antérieurement qui serait remise en question. <sup>22</sup>

Dans l'intégralité des situations de la vie objectivante, tout objet que je constitue doit pouvoir être identifié comme relevant des lois et des normes qui font l'unité d'ensemble du monde, normes qui se trouvent donc toutes dans une cohérence, une continuité de connexion permanente. Certes, mon attente peut être partiellement contredite par un accident momentané : l'ordinateur sur lequel j'écris peut tout à coup s'éteindre, ou ce qui figure à l'écran peut être altéré par un virus, etc. Alors mon horizon de possibilité sera changé de « je peux continuer à écrire ce texte » en « je dois prendre le temps de réparer mon ordinateur ». Mais j'ai par ailleurs des attentes plus fondamentales, issues de mes rétentions les plus anciennement sédimentées et perpétuellement confirmées par l'expérience et qui ne *peuvent pas* être contredites : mon ordinateur restera solide, de la même matière, de la même couleur, du même poids, il ne va ni se transformer en grenouille ni disparaître. Autrement dit, je m'attends, passivement, à ce que cet objet se comporte conformément au style de tous les objets avec lesquels j'ai interagi depuis toujours dans le monde unique qui m'est familier (et qui est vécu ainsi par les autres humains). Ou bien, dans le cas d'une transgression de ces normes, je m'attends à pouvoir procéder à des vérifications et à des déterminations plus précises me permettant d'expliquer cette nouveauté, pour enfin réintégrer cet objet, dans sa catégorie, à l'unité du monde. La protention n'est donc pas seulement déterminée par la rétention tout-juste passée, elle ne concerne pas seulement le tout-juste à venir. Elle peut admettre de la variation, mais étant normée par le *style* de tout ce qui a été précédemment constitué, elle est surtout attente de confirmation et de renforcement de tous les acquis, de toute la connaissance en acte accumulée à propos du monde :

« Ainsi, la *structure du connu et de l'inconnu* est-elle une *structure fondamentale de la conscience du monde* ; corrélativement une structure du monde comme horizon de toutes les réalités singulières susceptibles de devenir objets d'expérience ; cette structure du connu et de l'inconnu se caractérise par sa relativité permanente et par la distinction, également relative et permanente, entre généralité indéterminée (= « je peux toujours encore connaître ») et particularité déterminée (= « j'acquies, conserve et corrige mes connaissances »). Le monde, qui est présent à la conscience comme horizon, a dans la validité continue de son être le caractère subjectif général de la fiabilité, car il est un horizon d'étants connu en général, mais par là-même encore inconnu dans ce qui relève des particularités individuelles. Cette confiance générale indéterminée se répand sur tout ce qui accède à la validité singulière comme tel étant ; chacun a ainsi pour forme une forme familière, à l'intérieur de laquelle jouent toutes les différences ultérieures entre connu et inconnu. » <sup>23</sup>

---

constituées comme la partition, le disque ou l'espace-temps du concert.

<sup>21</sup> Cette formulation évolutionniste n'est pas tout à fait husserlienne.

<sup>22</sup> On trouve ici l'équivalent de la dynamique de l'équilibration chez Piaget : l'attente du même équivaut au primat de l'assimilation, la déception équivaut au déséquilibre qui engage l'accommodation.

<sup>23</sup> E. Husserl, *Expérience et jugement*, PUF, 1970, p. 42-43

Il y a une attente permanente au fond de toutes les protentions : *il faut* que le monde se confirme toujours comme cet horizon unifié d'expériences et de connaissances possibles, que mon interaction avec lui se révèle toujours valide et qu'ainsi, je puisse renforcer ma confiance dans les actes que je pose. C'est la formulation de la détermination la plus générale de la protention. Et si tout à coup un objet devenait absolument imprévisible, s'il transgressait le style fondamental du monde sans que je ne puisse aucunement en expliquer les causes, alors c'est la continuité de connexion qui unifie le monde qui s'en trouverait rompue, et je courrai le risque de perdre ma confiance fondamentale, laissant le champ libre à l'angoisse<sup>24</sup>.

#### 4. Constitution primaire et secondaire

Il faut donc comprendre que l'attente, dans tout présent vivant, est déterminée par tout un feuilletage qui correspond à des *échelles* différentes de la situation d'interaction : à la fois, ce qui relève de l'instant, avec ses particularités (*cet* objet va se comporter de telle façon ou bien de telle autre façon), mais aussi ce qui relève de toute l'histoire de ma fréquentation du monde (de toute façon, cet objet va se comporter comme objet-du-monde, conformément à mes habitudes les plus sédimentées).

Mais il faut aussi prendre en compte cette autre échelle, qui concerne le rôle de l'*ego*. Nous avons vu, précédemment, que Husserl envisage la protention comme une pré-constitution *primaire*, c'est-à-dire entièrement passive, « sans participation du moi actif ». Mais tout comme, du côté du passé, il définit la rétention comme souvenir primaire, et le ressouvenir comme souvenir *secondaire* (= constitué activement par le moi), il faut aussi concevoir l'*attente secondaire*. Je ne dispose pas d'un texte de référence dans lequel Husserl aborderait ce thème autrement que comme simple *phantasme*, avec des exemples fictifs sans intention de réalisation<sup>25</sup>, mais il est évident qu'une telle attente, constituée activement par le moi, est identifiable à l'anticipation du futur, avec la médiation de la représentation imaginaire (quelque-soit sa modalité sensorielle). Et il est aussi évident que celle-ci est fondée sur les acquis et les habitudes.

Faut-il alors limiter notre conception de l'attente à ces deux états : soit 1) une attente primaire, protention passive qui se passe entièrement de la participation du moi 2) une attente secondaire, anticipation représentée activement par le moi ? Le problème d'une telle partition est qu'elle n'offre pas de gradualité, alors que le moi *actif* doit pouvoir fonder ses identifications, ses déterminations du possible et ses actes sur ce qui *apparaît* dans le processus de constitution passive, à même le présent vivant. Sous quelle forme, par quel processus le produit de la passivité apparaît-il au moi actif ? Nous avons besoin, précisément à cet endroit de la genèse de l'objet, de déterminer cette médiation.

Dans nos travaux précédents<sup>26</sup>, nous avons déjà rencontré un concept qui semble tenir cette fonction, celui d'*image opérative*, que Pierre Vermersch proposait de nommer *représentation fonctionnelle*. C'est encore ce concept que nous avons mobilisé dans les analyses de nos entretiens de l'université d'été 2025, comme vous pouvez le lire dans l'article d'Éric. Ce concept vise à déterminer le rôle de l'image mentale dans la régulation de l'activité. Je n'ai, pour ma part, jamais trouvé de concept équivalent chez Husserl, et je ne m'attends pas à le découvrir car sa phénoménologie ne prend pas suffisamment en compte le vécu de l'action effective pour rencontrer un tel phénomène.

<sup>24</sup> L'ouverture vers une problématique existentielle a été ensuite développée par Heidegger.

<sup>25</sup> E. Husserl, *Phantasia, conscience d'image, souvenir*, Million, 2002

<sup>26</sup> F. Borde, C. Kych, M. Sbroglia, *Analyse d'une expérience d'évocation, Données de l'université d'été 2024, Expliciter* n°146, juin 2025, p. 1-14

Le phénomène de l'image opérative peut être littéralement qualifié de *paradoxal*, hors-champ : à la fois, il semble très mobilisé dans le cours de l'action commune, en ce sens il est banal, mais aussi il n'apparaît à la conscience que grâce aux opérations de la réflexion, grâce à son évocation en l'occurrence. Il est donc un instrument cognitif qui est aussi courant qu'il est invisible.

Peut-on situer l'image opérative sur l'échelle de la constitution ? Est-elle de niveau primaire ? C'est une hypothèse raisonnable, puisque le sujet ne la découvre qu'au bénéfice de son explicitation, et avec surprise : il n'avait pas du tout participé à son élaboration, cette représentation s'était *passivement* construite sans lui. Mais cette proposition est aussitôt contredite par le fait qu'il s'agit d'une représentation, qui est une médiation (la passivité est *immédiate*), elle relève donc du niveau secondaire.

Husserl n'a pas posé ces termes une fois pour toutes, et leur sens doit être adapté aux cas rencontrés dans la description de phénomènes intentionnels, comme le remarque B. Bégout. Dans son livre intitulé *Généalogie de la logique*, cet auteur définit le concept husserlien de *passivité secondaire* :

« A l'opposé de cette énigmatique constitution originellement passive se trouve une « passivité secondaire » qui, si elle emprunte à la vérité bien des traits primordiaux à la passivité primaire, notamment par son mode d'existence comme potentialité d'arrière-plan, reste toujours distincte d'elle. (...) (La passivité secondaire) peut jouer un rôle désormais véritablement positif dans le processus de connaissance, vu qu'elle pré-détermine les jugements et les raisonnements à partir des produits actifs sédimentés en elle et les guide avec une certaine assurance. Par avance, elle forme comme une sorte de soubassement vivant de vérités et de disponibilités, une antériorité motivante sur laquelle peut se reposer tout nouvel acte théorique. »<sup>27</sup>

Mais il n'est pas encore ici question d'image, ni de représentation. L'hypothèse selon laquelle l'image opérative relèverait de la passivité secondaire amènerait à affirmer que la passivité peut produire de telles synthèses. Ce n'est en rien une aberration, et c'est sans doute déjà le cas des représentations vides imagées.

## 5. Conclusion

Sur la proposition d'Éric, nous avons, en quelque-sort, testé l'entretien d'explicitation pour savoir quel accès il pourrait nous donner aux attentes « contenues » dans le vécu de référence. Dans aucune des descriptions que nous avons recueillies, le niveau primaire de la protention n'est décrit. Je ne sais pas s'il serait jamais possible d'accéder à ce niveau proto-passif de la constitution grâce à l'évocation, et je ne peux pas anticiper sur les capacités de potentiels grands athlètes. Mais j'ai tout de même la conviction qu'on ne peut pas plus décrire la protention que l'on ne peut décrire la rétention. Il reste cependant possible d'essayer, en cherchant des questions aptes à éveiller cette dimension du vécu, qui était nécessairement en jeu. En revanche, on devrait beaucoup plus facilement accéder aux anticipations clairement représentées, puisqu'elles ont vraisemblablement été constituées, activement, par le moi.

Dans les faits, il s'avère que nous accédons régulièrement à un niveau intermédiaire, qui assume une fonction de liaison et de régulation dans l'action, qui se révèle sans que nos entretiens aient demandé des innovations sur le plan du questionnement. L'entretien d'explicitation a encore montré ses vertus.

<sup>27</sup> B. Bégout, *Généalogie de la logique*, Husserl, l'antéprédicatif et le catégorial, Vrin, 2000 p. 36-38

## *Identité Unique ? Multiplicité des Moi(s)* *Auto-explicitation et Co-identité*

Claudine Martinez

Dans cet article, je décris les co-identités ou parties que j'ai débusquées dans l'une de mes auto-explicitation et comment je les ai extraites.

Cet écrit est ancien, mais ne fut jamais publié ! Il fut produit à la suite du stage d'auto-explicitation avec Pierre de juin 2014. J'ai déjà écrit sur cette auto-explicitation vécue pendant ce stage<sup>28</sup>. Pierre nous donne une première consigne : *"si ça vous convient, laissez revenir un moment où vous étiez en train de pratiquer l'Entretien d'explicitation (Ede). Et je vous laisse le temps de retrouver ce moment et de vous en informer."* C'est ce temps que nous devons faire dans notre tête qui est donc mon V1<sup>29</sup>.

Suit une deuxième consigne : « Vous avez fait des choses avec vous-même pour entrer dans ma première consigne, qu'avez-vous fait avec vous-même ? » C'est la réponse à cette deuxième consigne qui constitue la première écriture ou V2 en auto-explicitation.

Au bout du 2<sup>ème</sup> jour, Pierre nous proposa après trois reprises de la 1<sup>ère</sup> auto-explicitation, de lâcher celle-ci pour passer à un autre sujet. Il se trouve qu'à ce moment-là, j'étais arrivée à la formulation de trois questions qui s'étaient imposées à moi et qui renvoyaient à des co-identités actives pendant cette auto-explicitation. Je n'avais donc pas envie de m'arrêter là, curieuse de ce qui pouvait venir avec ces questions. Après échange avec Pierre, j'ai donc poursuivi avec encore deux autres séquences d'écriture et cela a continué une fois rentrée chez moi.

### **Les trois questions, les trois co-identités**

En fait à la fin de ma troisième reprise d'auto-explicitation, j'étais passée en méta. J'opérais un recul, une prise de distance sur ce que j'avais vécu dans le V1 et la façon dont mon auto-explicitation s'était déroulée. C'est donc naturellement que ces trois questions ont émergé :

- quelle est cette partie de moi qui est rapidement inquiète et se dévalorise tout de suite ?
- quelle est cette partie de moi qui avance quand même et accepte de s'ouvrir à ce qui vient ?
- quelle est cette partie de moi-même qui peut être sereine, confiante... ?

\* Celle qui a pointé son nez la première et que j'ai très vite reconnue, c'est celle qui s'inquiète de ne pas savoir ou de ne pas pouvoir faire. Elle me met dans un état d'inquiétude et active quelque chose qui se situe dans mon bas-ventre et qui renvoie à du vécu très ancien. Sa fonction est de m'inquiéter, de me dévaloriser et de m'enlever la confiance dans ce que je suis en train de faire. C'est une saboteuse.

\* La deuxième, que je reconnais bien aussi, mais que j'ai identifiée à ce moment-là. Je ne l'avais encore jamais nommée ! C'est cette partie de moi qui me fait avancer quand même, malgré l'action de la précédente. Elle fait que je m'aventure facilement en terre inconnue, je m'ouvre à ce qui se présente sans savoir comment je m'en sortirai. Tant pis si je me plante ! Elle me fait toujours prendre des risques (j'aurais envie de dire mesurés) ou bien me fait me lancer des défis.

---

<sup>28</sup> Cf. Expliciter n°104, Nov. 2014 « Vous avez dit : auto-explicitation ? » p. 36-43

Expliciter n°146, Juin 2025 « Tentative d'exploitation d'une ancienne auto-explicitation ». p. 15-26

<sup>29</sup> Je rappelle que le V1 est le vécu de référence, celui sur lequel va fonctionner l'entretien ou l'auto-explicitation. Ces derniers étant des V2 ou vécu de l'explicitation.

Elle correspond assez à mon signe chinois du zodiac, le chien. Le chien qui "bartasse"<sup>30</sup> comme on dit chez nous ! Elle me met souvent dans des situations assez compliquées. De plus, elle fonce. Elle me met la pression. Il faut que cela aille vite et l'adrénaline monte... Elle m'embarque souvent plus vite que je ne le souhaite.

Je la connais depuis toujours, mais je ne l'avais jamais identifiée comme telle !

\* La troisième, c'est cette partie de moi qui est posée, sereine, tranquille, détendue. Elle avance en se faisant confiance.

## Le traitement opéré

Et donc à St Eble en ce mois de juin 2014, après la formulation de ces trois questions, je suis repartie pour une 5<sup>ème</sup> puis 6<sup>ème</sup> et 7<sup>ème</sup> écriture, intriguée qu'elles soient arrivées ainsi et curieuse de voir jusqu'où je pouvais aller ? (*Là, je constate que la seconde était bien active !*) Pierre m'a mise en garde du risque de partir par la réflexion. J'ai donc retravaillé les 4 premières écritures<sup>31</sup> de l'auto-explicitation, en essayant de repérer les manifestations de chacune de ces co-identités, à la fois dans les verbalisations écrites et en même temps dans mes états internes correspondants.

Qu'est-ce que cela a produit ?

D'abord je me suis dit qu'il fallait que je leur donne un nom, quitte à le modifier s'il ne sonne plus juste à un moment donné.

**Donc la première** est devenue "Papouvoir". Elle a quelque chose à voir avec l'effroi que Pierre a décrit pour la visée à vide. C'est celle qui met le doute, la crainte, la peur de ne pas y arriver. Le problème est qu'elle s'accompagne toujours d'un sentiment de dévalorisation. *Elle renvoie à mon passé de petite fille qui se sentait toujours inférieure aux autres, différente des autres, parce que nous habitions dans une cité de cheminots et que très vite dans le mois, la paye de mon Papa était épuisée.*

En relisant mes notes, je ne trouve que peu de choses dans l'écriture, mais dans mon corps, quelque chose se serre au niveau du plexus, mais aussi dans ma tête comme quelque chose qui fait resserrer mon crâne. En fait, elle plane, elle est là au niveau de mon état interne. Je la reconnais bien. Quand je bute, que j'ai une difficulté, elle arrive souvent de suite. Toutefois, là dans le début de mon V2, elle s'est faite contrée.

Quand je comprends la consigne donnée par Pierre, une inquiétude du type de l'effroi arrive : *"trouver un moment de pratique de l'Ede..."* Absorbée en moi-même j'entends cette petite voix en moi *"mais moi, Je ne fais plus d'entretien, je n'ai plus de pratique !..."*. Mais j'ai poursuivi mon exploration, me disant : *"j'ai réalisé des formations... j'ai fait des choses cette année..."* Et donc, là elle n'a pas eu trop de prise.

Toutefois, la revoilà quand me vient l'Ede avec Sylvie sur son état de clown/son état de comédienne et aussi le moment avec Myriam et Pascaline dans la demi-journée d'entraînement en Guadeloupe début mai, donc plus près dans le temps. Que se passe-t-il là ? Ces moments de pratique me viennent, mais j'ai très vite l'impression qu'il n'y a rien de plus, que je ne peux entrer dedans : Papouvoir est là ! Alors je lâche, je n'essaie pas de créer les conditions pour y entrer, pour laisser venir, dans ma tête c'est : *"rien de plus ne viendra !"* Chacun de ces deux

<sup>30</sup> Bartasser : Par exemple dans la campagne prendre un chemin inconnu, s'avancer dans un espace impénétrable et poursuivre quand même en se disant « si ce n'est plus possible, je ferai demi-tour... »

<sup>31</sup> 4 écritures car il y a la première auto-explicitation puis les trois reprises.

moments de pratique s'est donné sous forme d'un tableau visuel figé, ce qui me surprend. Je n'ai pas l'habitude des choses figées. Tout est toujours en mouvement ! Papouvoir est active dans le sens où elle me fait croire que je ne peux entrer dans ces deux moments de vécus et alors une justification s'impose : "*je ne sais pas combien de temps va durer l'exercice. Pierre ne l'a pas précisé*". Du coup j'arrête tout et reprend contact avec la salle et les autres qui sont toujours absorbés en eux-mêmes.

Je la retrouve ensuite dans la 1<sup>ère</sup> reprise de cette auto-explicitation puisque le V2 initial s'est fait par écrit. Quand je me propose de travailler cette phrase qui est apparue dans la première écriture (V2) : "*des idées passent dans ma tête*". C'est toujours avec le même ressenti intérieur. Mon B<sup>32</sup> l'a repérée et me sollicite (en tant que A) à lâcher cette Papouvoir. Il me conforte, me rassure et m'engage dans l'action, en m'incitant à solliciter un autre « lieu de conscience »<sup>33</sup> : « *cool, tranquille Claudine, ça avance. Laisse venir. Demande à ton autre lieu de conscience de se focaliser sur tes actes mentaux, sur ce que tu fais avec toi-même pour cette période où tu vas choisir un moment où tu pratiques l'Ede. Fais lui confiance et là, laisse faire très tranquillement, tout doucement.* »

Mais j'esquive, je ne réponds pas à sa proposition. Plus loin toujours dans cette 1<sup>ère</sup> reprise, je retrouve sa présence juste après une relance de B pour me remettre en évocation : "*je suis calme, posée, avec une inquiétude quelque part*" (toujours la peur de ne pas pouvoir faire...). Mais là, elle est en retrait car une autre co-identité plus puissante est là. C'est celle que je nommerai la 3<sup>ème</sup> plus tard. Et pourtant, juste après, je bloque. Que s'est-il passé à ce moment-là ? J'ai perçu une rupture.

Je lâche mon stylo et mets mes mains sur mes yeux. J'avais besoin de faire le noir lors de cette auto-explicitation. Cela ne m'était encore jamais arrivé ! Je l'ai fait systématiquement chaque fois que je repartais en évocation (Cela a changé dans la suite du stage avec l'écriture qui est devenue activante<sup>34</sup>.)

Mais mon B me relance : "*là Claudine, les mains sur tes yeux pour faire le noir, laisse un autre lieu de conscience aller chercher, ce matin, les info de ce qui se passe dans ta tête juste à ce moment-là que tu écris : "des idées me traversent"*". Quand je suis attentive à cette relance, Papouvoir n'est plus là. Je suis tranquille et dans l'ouverture.

Et cela a marché.

Elle est présente de la même façon dans la 3<sup>ème</sup> écriture avec l'évocation fugace de ma dernière séance de travail au club de kayak avec les jeunes du master coaching mental de l'UFR-STAPS. C'est toujours le même ressenti intérieur sous la forme d'un jugement de valeur négatif sur le fait que je suis peu intervenue dans les groupes. Je n'ai pas mené de bouts d'entretien. Plus tard, je prendrai conscience que si la formatrice n'est pas intervenue, c'est qu'elle avait ses raisons !

Elle reste assez présente dans la 5<sup>ème</sup> écriture, mais ne m'envahit plus. Elle ne m'empêche plus de faire les choses.

<sup>32</sup> Dans cette auto-explicitation, j'ai mis un B en place, mon propre B dans le sens où il utilise mes compétences de B mais est extérieur à moi, à mon espace intérieur (difficile à expliquer !).

<sup>33</sup> Un autre lieu de conscience : une forme de pratique de dissocié proposé par Pierre lors d'une Université d'été.

<sup>34</sup> J'ai retrouvé plus tard dans ce stage, la façon d'être en évocation tout en écrivant. L'écriture et les émergences qui arrivent s'auto alimentent l'une, l'autre. Du coup, je n'ai plus besoin de m'arrêter d'écrire pour être et rester en évocation.

## La deuxième "co-identité".

Je rappelle la formulation de la question qui est venue avec les deux autres, fin de la quatrième écriture : *"Quelle est cette partie de moi qui avance quand même ? Qui accepte de s'ouvrir à ce qui vient, qui part à l'aventure ?"*

Qu'est-ce qui, dans ce qui s'est passé précédemment m'a conduit à formuler cette deuxième co-identité ?

Elle n'apparaît pas dans le premier écrit car là, je ne prends aucun risque au contraire. J'accepte de m'en tenir là et d'attendre la fin de l'exercice (c'est-à-dire le signal de Pierre pour le retour de tous au grand groupe).

Elle apparaît dans le 3<sup>ème</sup> écrit, fait le soir, seule sous les arbres au camping à la tombée de la nuit. C'est un moment où du pré-réfléchi me vient. Je découvre le mouvement dans ma tête qui guide l'apparition des différents tableaux<sup>35</sup> dans ma tête<sup>36</sup>. Ce sont des informations totalement nouvelles, surprenantes car non conscientes en acte et je dirai même qui m'affolent dans ce moment. Et là, la curieuse, l'aventurière est là. Qu'est-ce qui va se passer ? Où cela m'emmène-t-il ? La nuit est tombée et je poursuis. J'ai progressivement déplacé ma chaise pour me retrouver sous le lampadaire afin de continuer cette auto-explicitation.

Elle apparaît dans certains aiguillages de cette auto-explicitation. A un moment, je me laisse partir dans l'évocation de l'un des tableaux. C'est une sorte de défi. Ma conscience réfléchie croit que je ne peux pas entrer dedans, que rien ne me viendra et donc quand j'identifie qu'il y a du mouvement dans ma tête, je me laisse faire à ce qui me vient et ça marche : *"je m'assieds face à Pascaline. Myriam est face à elle, à mon côté gauche. Elles voulaient faire fonctionner les différents canaux sensoriels (consigne de l'exercice) mais n'y parvenaient pas. Je prends le relais de Myriam et j'entends Pascaline parlant de son V1, dire "je n'entends rien" alors qu'elle est en évocation. Je l'ai donc aidée à entendre dans son V1 en leur montrant comment utiliser le chevauchement des différents canaux sensoriels."*

En fait quand l'écriture a couché cette 2<sup>ème</sup> co-identité sur ma feuille, je n'ai pas conscience de ce qui l'a amenée ! Est-ce la formulation de la première ? La suite me montre qu'elles sont très liées, alors peut-être est-ce l'écriture de la première ? Plus loin, j'écris que je ne l'avais jamais repérée, jamais nommée comme co-identité et pourtant c'est venu à ce moment-là et je l'ai bien reconnue ! C'est la "fonceuse". Elle part à toute allure sans se retourner. C'est celle qui avance malgré l'influence de Papouvoir. Elle accepte de faire, de façon parfois volontariste, souvent avec une forte pression temporelle, même dans une situation d'urgence. Elle accepte de s'ouvrir à ce qui vient. Elle est créative et aime les défis.

Je la retrouve par la suite au moment d'un choix à faire dans le stage, à savoir est-ce que *"je m'attelle à un nouveau projet d'auto-explicitation ou est-ce que je poursuis le travail engagé avec encore de nouvelles reprises ? Ces questions qui sont arrivées sur les co-identités à la fin de la 4<sup>ème</sup> écriture me titillent. Est-ce que je pourrai aller plus loin ?* ». Nous sommes le samedi après-midi, il reste encore 6 demi-journées, aurai-je de quoi alimenter les temps de travail personnel ? *« Pas grave je pourrai toujours démarrer un autre projet puisque j'en ai plusieurs à mon arc*". Voilà, et je suis partie pour une 4<sup>ème</sup> reprise et je n'ai eu aucun souci pour poursuivre dans le stage. Ce travail m'a emmenée jusqu'à 6 reprises d'écriture à partir du même V2 (le 1<sup>er</sup> temps d'auto-explicitation, point de départ du stage). Une belle aventure!

<sup>35</sup> Chaque tableau fixe et en couleur positionne un moment de pratique de l'explicitation.

<sup>36</sup> Ce mouvement interne que j'ai qualifié de « noèse de mon potentiel » dans mon dernier écrit sur la question n°146 d'Expliciter.

En fait c'est son association avec la première qui lui donne ses caractéristiques problématiques. Me reviennent des moments de mon enfance : faire quand même, en cachette ou sans le dire, mais avancer essayer, oser l'aventure qui se présente. C'est exister quand même et malgré tout, même si cela nécessite une dépense d'énergie sans commune mesure. Quelque part cette association a donné "la rebelle", celle qui ne fait pas comme les autres ! Au plan physique, elle a une démarche, elle avance vite avec des petits pas (comme mon Papa!) Mais aujourd'hui, ce n'est plus cette association qui fonctionne.

L'émergence et le développement de la 3<sup>ème</sup> (ou self) a modifié les rapports de ces deux-là.

### La troisième.

Je n'ai pas eu le temps de la travailler pendant le stage. J'ai formulé la question la concernant en même temps que celle des deux premières, à la fin de la 3<sup>ème</sup> reprise : *"quelle est cette partie de moi qui peut être sereine, qui se fait confiance, qui fait les choses tranquillement avec détermination, sans douter ?"*

Elle est aussi venue dans l'exercice d'alignement des niveaux logiques de Dilts<sup>37</sup>, fait l'avant dernier jour (lundi après-midi). Je me le suis fait en auto-explicitation avec écriture en moins de 10mn, car nous avons pris trop de temps sur le 1<sup>er</sup> tour avec mon A du moment.

Au niveau de l'identité, j'écris dans la phase montante<sup>38</sup> : *"quand je fais ce que je fais avec A, en tant que B qui l'accompagne dans ce moment des niveaux logiques.... Je suis la « 3<sup>ème</sup> co-identité repérée » qui est organisatrice des deux autres et les rend "bien à vivre" et à la descente, je rajoute : "je m'approche de celle que je suis profondément et je deviens mon devenir !"* Cela me paraissait juste à ce moment-là.

Dans la case des valeurs et croyances, je trouve *"faire vraiment confiance à ce qui vient (je dirai aujourd'hui à mon "potentiel"), avancer de façon déterminée, je ne peux anticiper ce qui va venir.*

Dans le premier V2, c'est celle qui lui fait faire des choix très tranquillement. Quand Claudine décide d'arrêter parce qu'elle ne sait pas combien il leur reste de temps. Elle est hyper cool, tranquille, très déterminée à poursuivre et laisser venir, malgré une crainte qui reste là.

C'est celle qui, dans les transitions, quand elle se remet au travail pour démarrer une nouvelle reprise, se donne son fonctionnement. Comment commence-t-elle ? Elle relit telle partie ? Elle fait des choix. C'est la B qui apparaît dans la 2<sup>ème</sup> reprise. Ce B qui négocie avec toutes les parties d'elle, qui l'apaise, la ralentit, l'accompagne avec bienveillance, lui propose de placer un autre lieu de conscience.

Mon corps physique me paraît plus dilaté, bien axé, avec mes appuis au milieu de mes pieds. Même parfois, elle occupe un espace qui déborde mon corps physique (ex : lors de la 4<sup>ème</sup> écriture le soir sous les arbres au camping). Elle a un fonctionnement très lent. Elle me met bien, tranquille, confortable ! J'ai pu identifier dans l'une des écritures que je suis axée, alignée.

<sup>37</sup> Les niveaux logiques de Dilts : exercice pratiqué en PNL, que Pierre nous incite à faire dans les différents stages sur l'explicitation. C'est une échelle qui part d'un moment singulier pour en extraire, d'abord les actes, puis les compétences, les croyances, les valeurs, l'identité et la mission. La première étape se fait en partant des comportements vers la mission puis dans le sens inverse qui se tourne vers le futur. Et parfois s'ajoute une 3<sup>ème</sup> étape : la personne se distancie dans l'espace et regarde cet aller et retour en se posant la question : « qu'est-ce que ça m'apporte ? Qu'est-ce que j'apprends ? »

<sup>38</sup> Dans cet exercice écrit, fait en fin de stage j'ai pris comme V1 un moment de l'exercice des niveaux de logiques, avec mon A, que je venais d'accompagner en tant que B.



Celle-là est toujours authentique au sens de vrai et juste pour moi. En août (Univ d'été) j'ai dit, à un moment où j'étais très absorbée en moi-même et en contact avec des sensations corporelles, que je contactais mon "soi" (le self selon l'ISF de Schwartz<sup>39</sup>) !

Cette co-identité a grandi avec le développement du lâcher prise et du laisser venir, avec la confiance affirmée dans le processus d'émergence. C'est celle qui ne peut qu'être authentique, juste, parce que dans les travaux du Grex, dans les échanges que nous avons, c'est impossible de faire autrement !

*Dans mon histoire lointaine, si je porte un regard dessus, n'existaient vraiment que les deux premières co-identités. La troisième a commencé à se manifester à ma conscience lors d'une période de vie difficile, quand j'ai commencé à me poser des questions existentielles du type : qu'est-ce qui est important dans ma vie ? Après quoi est-ce que je cours ? Qu'est-ce que je cherche ? Le regard des autres... ? Me faire reconnaître ? Peut-être fut-elle éveillée par mes longs moments d'écriture quand c'était trop difficile à vivre, que j'avais besoin de l'écriture pour y voir plus clair sur ce que je vivais ou simplement m'adresser à quelqu'un ou livrer ma colère (pratique personnelle d'introspection).*

*Et puis, elle a progressivement grandi en lien avec mes activités du Grex et surtout la conduite d'Ede, les universités d'été et elle a continué à se nourrir de mes découvertes sur l'énergie, le Qi et mes pratiques d'exploration de celle-ci (Qi-Kong, Yoga, moments de footing puis de marches solitaires...). Est-ce celle vers laquelle je vais, celle que « je suis en devenir » (Bernadette Lamboy<sup>40</sup>) ? Est-ce vraiment une co-identité ou le self dont parle Richard Schwartz ?*

### **Les relations entre les trois**

Ce que je constate et qui est venu avec ces auto-explicitations successives, c'est que cette 3<sup>ème</sup> a complètement modifié les deux autres ainsi que leurs relations. Quand celle-là est dominante, la deuxième a toute sa place à ses côtés, mais du coup, elle n'a plus besoin de foncer, de se cacher, d'être volontariste. Il n'y a plus d'urgence. Elle peut prendre son temps et toute sa place de créatrice. Du coup, elle doit lâcher ce nom de "fonceuse" pour en trouver un autre. Quant à Papouvoir, elle n'a plus besoin d'avoir honte, d'avoir peur. Cette petite fille peut continuer d'exister tranquillement et faire confiance. Peut-être faudra-t-il que Claudine pense à négocier avec elle quand elle entreprendra quelque chose ?

### **Quelques remarques et réflexions**

D'abord, j'insiste sur le fait que ce travail sur ces co-identités ou parties s'est fait en étudiant les différentes reprises de l'auto-explicitation et en me mettant en évocation de ces différents moments. Je le reprends aujourd'hui car il porte un autre éclairage sur l'évocation et sur l'authenticité de celle-ci quand elle se produit.

La notion de co-identité remet en question l'illusion d'une identité unique. Notre identité est constituée d'une multiplicité de « moi », qui se sont constitués au cours des différentes

<sup>39</sup> Schwartz R.C. (2009). Système Familial intérieur : blessures et guérison. Issy-les-Moulineaux, Elsevier-Masson.

<sup>40</sup> Bernadette Lamboy, Devenir qui je suis, une autre approche de la personne. 2003. Desclé de Brouwer.

expériences de la vie.<sup>41</sup> A cela s'ajoute la théorie de l'énaction de Francisco Varela<sup>42</sup>. « *L'énaction réside dans un couplage structurel entre le monde et le sujet percevant qui se déterminent l'un l'autre.* »

La co-identité désigne « *chaque constellation identitaire, définie par un mode de fonctionnement, une posture, des enjeux et des valeurs reliés à un contexte particulier* » (Nadine Faingold<sup>43</sup>). Et paradoxalement, nous vivons à la fois un sentiment de Soi comme unité et une conscience possible du système sous-jacent des co-identités qui agissent à notre insu.

Le but essentiel de l'explicitation est de décrire l'action pour nous auto-informer. Mais qu'est-ce qui dirige le déroulement des actions ? Leur but, une intention éveillante ? Cet exemple montre, qu'il peut y avoir en nous certaines instances qui influent sur le déroulement de nos actions. Leur prise de conscience peut nous donner prise pour la suite, nous amenant à négocier avec nous-mêmes pour une nouvelle auto-explicitation ou autre ...

Aujourd'hui j'ose ce que j'ai longtemps hésité à faire, à savoir publier ce travail, du fait qu'il renvoie de façon forte à une intimité profonde de la personne, encore plus qu'un Ede classique et je le fais dans le cadre du Grex 2.

---

<sup>41</sup> Mireille Snoeckx, Une contribution à la réflexion à propos des co-identités. *Expliciter* n° 90, p.1-12

<sup>42</sup> Francisco Varela, Evan Thompson, Eleanor Rosch, "L'inscription corporelle de l'esprit. 1993. Ed. Seuil

<sup>43</sup> Nadine Faingold, Identité professionnelle et co-identités. *Expliciter* n° 112,

# Explicitation et réflexivité des psys : quels enjeux ?

Nicolas Boisard, psychologue,  
Isabelle Danet, formatrice du GREX<sup>44</sup>, en relecture

*Résumé : l'article a pour objectif de présenter une méthode, l'entretien d'explicitation (EdE, développé par le chercheur psychologue Pierre Vermersch), comme un outil pertinent pour les professionnels de l'accompagnement psychologique. L'EdE documente l'activité concrète du praticien : prises d'information internes et externes, pensées, actes verbaux, gestuels... pour in fine reconstituer son activité réelle au fil d'une séance. Un cas concret de mobilisation de la méthode, première étape de recueil de données dans le cadre d'une analyse de pratiques, est présenté dans l'article, dévoilant l'activité réelle du professionnel confronté à un dilemme éthique en cours de séance. Un constat se pose : les « psys », familiers de leur intériorité, pourraient méconnaître et sous-estimer l'apport de cet outil. L'intérêt de l'EDE réside dans le développement de la réflexivité, utile en supervision ou intervision, en rendant visibles les stratégies fines déployées. L'article souligne l'importance d'intégrer l'EDE aux formations initiales et continues des métiers « psys », pour en faire une compétence centrale, renforçant l'ancrage des professionnels dans le réel de leurs pratiques, au profit de leurs bénéficiaires.*

## 1. Introduction

Dans le champ professionnel de l'appui psychologique fourni par les praticiens en santé mentale, l'entretien d'explicitation, développé par Pierre Vermersch, ressort comme une méthode pertinente pour décrire et documenter l'activité réelle des professionnels en séance, à des fins réflexives. Pourtant, cet outil semble sinon méconnu, du moins peu mobilisé par les psychologues, psychiatres, psychanalystes, psychothérapeutes et psychopraticiens, quelles que soient leurs orientations théoriques. Cet article vise à illustrer le type de données en première personne qu'il est possible de recueillir auprès d'un praticien avec l'entretien d'explicitation, à la suite d'un entretien clinique, discute par ailleurs des raisons possibles de ce sous-investissement, puis de l'intérêt majeur de ces techniques pour alimenter toute démarche réflexive, supervision ou intervision, et enfin de leur enjeu pour les cursus formatifs de ces professionnels.

## 2. Mobiliser l'explicitation sur quelques moments-clés d'une séance

### Remarque préliminaire

Mon approche en tant que psychologue s'ancre dans une expérience plurielle : celle de bénéficiaire de multiples approches thérapeutiques (psychodynamique, TCC, humaniste, expérientielle, corporelle, brève, et dans une moindre mesure systémique), enrichie par une formation continue (Psychologie, PNL, pratiques narratives, EMDR, hypnose, etc.). Cette trajectoire reflète donc une pratique intégrative et trans-théorique. L'objectif de l'article n'est donc pas ici d'analyser un cas clinique ni d'en débattre à travers un prisme théorique privilégié. L'enjeu est d'explorer les données brutes recueillies post-séance via entretien d'explicitation (Vermersch), avant toute analyse réflexive. Le cadre épistémologique retenu est celui de la

<sup>44</sup> Groupe de Recherche en Explicitation

psycho-phénoménologie : une attention portée aux vécus subjectifs, tels qu'ils émergent dans le cadre d'un entretien réglé.

### **Contexte de l'entretien d'explicitation**

Je me suis formé à l'explicitation et ai rejoint le Grex en 2021 ; en complément d'intervisions et supervisions au gré de ma formation continue, j'ai pris l'habitude d'explorer des moments de séance importants pour moi lors d'entraînement entre pairs à l'explicitation, en endossant le rôle du professionnel interviewé. L'exemple ici partagé relève d'un de ces entraînements, où je me fais accompagner par Catherine Laplassotte Desqueyroux, une collègue du Grex, experte en entretien d'explicitation, au lendemain d'une séance, qui m'a interpellée par le défi éthique qu'elle m'a posé.

Je note que nous sommes tous deux aguerris aux techniques de l'entretien d'explicitation, ce qui me permet en complément de son précieux accompagnement de B<sup>45</sup> expert d'aller porter également mon attention sur mes vécus en tant que A expert.

Je profite de ce texte pour remercier Catherine pour la qualité de son accompagnement, sa bienveillance, ses récapitulations si précises et aidantes, son souci de la gestion du rythme de l'entretien, ses propositions toujours ajustées d'orientation de mon attention, et enfin, le plaisir réel et partagé à nous entraîner ensemble.

### **Méthode**

Les données en première personne partagées dans cet article sont issues d'un jeu de reprises successives à partir de l'entretien d'explicitation original retranscrit, dont sont conservées les données utiles à documenter le fil chronologique des actions pertinent aux buts poursuivis dans cet entretien. A partir de ce premier travail de sémiose<sup>46</sup>, j'ai complété ensuite le travail d'élucidation par auto-explicitations à postériori, restant « en prise » avec le corpus de données initialement obtenu. J'ai enfin rédigé une structure narrative en première personne à partir de ces données brutes dans un souci de lisibilité et de praticité pour le lecteur ; ce dernier est invité à porter son attention sur le fil chronologique des actions, repérable aux verbes au présent (de narration, décrivant l'acteur en première personne « en train de » faire quelque chose).

### **Cas clinique<sup>47</sup>**

Paul, 26-27 ans, revient me voir pour la deuxième fois en une semaine. Sans antécédents appréhendés en première séance, il est profondément marqué par une annonce que lui a faite Delphine, sa compagne, alors que le couple était rentré en Suisse après trois ans à l'étranger ; elle a eu une relation avec un autre homme rencontré pendant un stage qu'elle a fait au moment de leur retour. Lors de notre première séance, Paul, rentré depuis lors en France chez ses parents, m'indique avoir cessé tout contact avec Delphine, et se dit abattu, triste, passant ses journées dans sa chambre. Au début de cette seconde séance, il témoigne vivre de réguliers épisodes de colère en journée, tout en affirmant qu'il a décidé de quitter l'hexagone pour retourner dans un pays qu'il connaît bien et où il se sentira mieux, entouré d'amis.

### **Mes objectifs pour l'entretien d'explicitation**

<sup>45</sup> Dans la terminologie de l'entretien d'explicitation, la personne accompagnée, celle qui a agi dans le vécu de référence visé, est désignée par A, l'accompagnateur qui questionne, B.

<sup>46</sup> Pierre Vermersch. Méthodologie d'analyse des verbalisations relatives à des vécus (1). Première partie : organiser les données de verbalisation en suivant le « modèle de la sémiose », *Expliciter* 81, 2009, pp 1-21

<sup>47</sup> Données anonymisées, les prénoms, lieux et activités ont été modifiés.

Au début de l'EdE – comme souvent lors d'explicitation de mes séances, je constate que mes souvenirs sont plutôt vagues : j'ai une impression de flou ; je sais toutefois juste que lors de cette séance, il s'est joué quelque chose d'important pour moi. Je le sais à l'image qui me vient : ce que je vois à partir de mon regard orienté en bas à gauche et une reconnexion (revécu) à mon ressenti intérieur au moment clé de mon hésitation en cours de séance. Je conviens donc avec mon accompagnatrice que **je souhaite revenir sur ce qui fonde ma proposition d'aider Paul à explorer sa colère comme je l'ai fait durant cet entretien, et en particulier sur ce moment de dilemme, alors que je suis avec l'hésitation de lui proposer quelque chose que j'évalue à ce moment-là comme « limite » dans ma pratique.**

Les reprises successives que j'opérerai ensuite me permettront de mieux documenter ce qui fonde mes stratégies d'intervention dans le travail de confrontation à ce que Paul nomme ses « moments de colère ».

### **Données en première personne recueillies**

La phase technique d'ancrage sensoriel<sup>48</sup>, au moment où je décide d'aider Paul à explorer sa colère comme je l'ai fait, me ramène au fait que je suis assis dans mon fauteuil, légèrement incliné vers la gauche, à environ trois mètres de Paul. J'observe dans cette position, à ce moment-là, son visage, sur lequel j'identifie sur ses traits des marques de tristesse et de fatigue.

Je l'entends alors me parler de la colère qu'il ressent – des séquences qui se produisent « plusieurs fois par jour », qui ne durent pas longtemps, 5 à 10 minutes « à présent », et qu'« il se sent mal à chaque fois » ; je porte mon attention sur l'intonation de sa voix ; je perçois qu'il ne montre aucun signe d'agacement, quand il exprime qu'il ressent de la colère ; je pense au fait qu'il m'a dit en début de séance en ressentir beaucoup, et ressens alors de la surprise, à ne pas détecter la moindre manifestation d'expression.

Je revois alors à ce moment-là l'image de Paul assis face à moi lors de la première séance, qui me dit être d'un profil de « gentil garçon qui ne fait pas de vagues » ; je le ré-entends également me dire lors de cette première séance qu'avec Delphine « ils communiquent beaucoup et que ça a été une caractéristique très forte de leur relation » ; je me dis que Paul doit avoir globalement du mal à exprimer sa colère, et pense au fait que (1) je ne me souviens pas à ce moment de cette seconde séance d'un certain nombre d'éléments de la première séance, ayant accepté en connaissance de cause de recevoir Paul sans que je n'ai pu prendre le temps de réviser mes notes, et qu'à ce moment-là je ne me souviens pas encore du prénom de Delphine (2) je me suis donné comme objectif de gérer ce début de séance de manière particulièrement souple au niveau de mes interventions pour que Paul se sente toutefois suffisamment bien écouté et accueilli dans sa détresse et (3) au fait qu'il repart à l'étranger dans 4 jours alors que je le trouve particulièrement déprimé.

Je me dis que sur le « moins d'une heure » qu'il nous reste à présent j'aimerais qu'il puisse repartir en ayant plus de prise sur ce qu'il vit, que ce soit au niveau d'une éventuelle expression de sa colère, ou bien l'atténuation de ce qu'il ressent en lien ; j'évalue que le temps est court par rapport à mon objectif ; en me basant sur le fait qu'il indique ressentir de la colère, je lui demande de me décrire comment c'est « de manière générale » quand il en ressent.

Je l'entends me dire qu'il se met très peu en colère, et que les fois où ça lui était arrivé, c'était quand il était beaucoup plus jeune avec sa mère lors de disputes « où des noms d'oiseaux

<sup>48</sup> L'ancrage sensoriel représente une étape importante de l'entretien. L'interviewer B invite la personne accompagnée A, après qu'elle a évoqué un moment vécu, à décrire les perceptions sensorielles liées à ce souvenir. L'objectif est de favoriser l'approfondissement de l'état propice à une remémoration spontanée d'autres détails de son expérience.

fusaient » ; j'évalue sa manière de me le dire comme très posée, calme, en étant attentif à sa posture, aux traits de son visage et à l'intonation de sa voix ; je pense alors à des séquences d'expression de ma propre colère vécues avec des proches, puis je me dis qu'il a donc pu déjà exprimer verbalement son émotion de colère - je l'entends ajouter que c'était bref, ne durait pas et qu'après il ressentait beaucoup de culpabilité - je comprends que ce type de vécu est difficile pour lui, et a été associé à beaucoup de regrets les fois où ça lui est arrivé. Je vérifie et valide la cohérence du non verbal au contenu de ses propos, et le revois en image alors me dire en première séance que c'est important pour lui d'avoir des échanges de qualité, compréhensifs, respectueux.

Je me dis à ce moment-là qu'il doit penser que l'expression de la colère n'est ni vraiment socialement acceptable, ni ne doit être utile pour soi, et me dis qu'il doit se sentir coincé par rapport à ce qui lui vient qu'il qualifie de « moments de colère » au fil de la journée, dont je suppose à ce moment-là, à partir des éléments recueillis, qu'ils ne doivent pas donner lieu à expression verbale.

Je décide alors d'opter pour une courte phase de psychoéducation par rapport à l'émotion de colère et le type de processus, de moyens et d'outils pour soit l'exprimer, soit en atténuer les effets si elle n'est pas exprimée, afin de ne pas la « retourner contre soi », pour en venir à l'aider à décrire ce que sont ces moments qu'il qualifie de colère.

Au cours de cette séquence, je pense à l'intérêt de pouvoir exprimer sa colère en faisant abstraction du regard des autres, au besoin, par exemple en s'isolant ; je me reconnecte également à une séance où il m'était à l'époque assez difficile de ressentir et exprimer de la colère en présence d'autrui, puis pense à la progressivité de ce processus, et comment il m'avait fallu moi-même un certain temps pour finalement accepter l'importance de me connecter à l'énergie de cette émotion ; je me dis alors qu'il ne m'apparaît pas si immédiat qu'il puisse même s'autoriser à mobiliser ce type de solution ; je conclus qu'il n'est peut-être pas vraiment prêt pour envisager ce type de solutions, et opte pour lui proposer plutôt de travailler ensemble à modifier son état interne quand il a des moments de colère.

Ensuite, je perçois un double enjeu : il me paraît important de lui faire décrire ce que sont ces moments qu'il qualifie de colère, afin d'une part de mesurer jusqu'à quel point Paul s'interdit de ressentir cette émotion par rapport à Delphine, comme je le pressens, tout en misant sur le fait que si je l'aide à décrire les vécus de ces moments, avec ce avec quoi il est en pensée à ce moment-là, peut être pourrais-je alors l'aider à ressentir et accueillir un peu plus une expression en sécurité.

Je pense à ce moment au temps qui continue de s'écouler : je vérifie l'heure, constate que déjà 20 minutes sont passées ; je le revois m'annoncer l'objet de sa démarche à la précédente séance, pense au choc de l'annonce, par rapport auquel je me dis que j'aurais pu proposer de le retraiter si j'avais plus de temps et une séance supplémentaire, pour ne pas le laisser au milieu d'un travail inachevé ; je décide d'orienter la séance vers un travail sur la mobilisation de ressources, en lien avec ses vécus de colère. Pour cela, je pense à mobiliser un peu d'explicitation. Je pense au fait que s'il n'accède pas véritablement à sa colère, je devrais tout de même pouvoir l'aider à décrire en sécurité ce avec quoi il est. Je lui propose que nous recherchions ensemble à mettre davantage au clair ces moments afin de peut-être pouvoir expérimenter comment agir en situation sur ce qu'il ressent afin qu'il se sente « moins mal » (il m'a indiqué en début de séance qu'il se sentait mal à chaque fois).

Je lui indique que nous entrons dans une phase de description et suis vigilant à ce qu'il puisse se sentir en sécurité, en lui mentionnant que nous allons explorer des éléments de son vécu et qu'à tout moment, il peut ne pas donner suite à mes propositions d'exploration. Je lui indique

que c'est lui le « pilote dans l'avion », et moi le « copilote ». J'observe son hochement de tête, en déduis son assentiment puis, lui demande de me parler d'une des dernières fois où il a eu un de ces moments de colère, « peut-être ce matin ? » lui demandais-je, précisant que cela me paraît probable, en usant d'un ton léger (à partir d'une intention soutenante, et inductive – quelque chose où il se sente dans la possibilité de se permettre de laisser revenir), pour lui refléter que c'était très probable, vu qu'il m'a indiqué qu'il connaissait ces moments plusieurs fois par jour.

Je l'entends me dire "Oui, c'était ce matin au réveil". Je ressens la satisfaction d'obtenir possiblement des éléments à explorer, en me fixant de mobiliser à large maille les techniques d'explicitation : j'ai conscience à ce moment-là que sa séquence de colère est répétitive, et qu'il doit donc avoir assez souvent le même type de vécus... ce qui risque de l'aider à peu laisser revenir ce qu'il a vécu sur un moment singulier (point clé de la méthode), et me dis que j'adapterai en fonction de ce qui lui reviendra. Je lui précise qu'à partir de maintenant, je ne vais pas le regarder, juste pour lui permettre d'aller en intériorité ; Je l'invite à prendre tout le temps dont il a besoin pour laisser revenir ce moment de ce matin, et de me dire quand il y est. J'observe qu'il se prête à la consigne, et me dis « oui ».

Puis je l'entends poursuivre en me disant qu'il voit en fait des images, je ressens la joie de le constater accéder à quelque chose de tangible, et l'entends me dire qu'il voit son ex-compagne, et qu'il se voit aussi, et s'entend dire à propos de Delphine « Pourquoi tu m'as fait ça ? ». Je remarque à nouveau la tristesse dans les traits de son visage. Je me dis qu'il est accablé, qu'il ne comprend pas, qu'il ne ressent pas la colère qu'il mentionne, qu'il subit ces moments, et que l'enjeu pour moi est d'aller le faire décrire encore plus avant ces « images », par rapport auxquelles je valide en repensant à une séance sur un travail de cet ordre, que je dois pouvoir tenter de l'aider à travailler sur les modalités sensorielles pour modifier son état interne plutôt que mobiliser des ressources à ancrer dans ces moments ; pour ça j'ai besoin de lui faire approfondir sa description.

Je reformule, en ralentissant mon rythme d'élocution, et diminuant le volume de ma voix, puis lui demande de prendre le temps de porter attention à ces images, si c'est ok pour lui, et de me décrire ce qu'il peut m'en dire d'autre. C'est alors que j'entends Paul me décrire la structure des images qui lui viennent depuis une semaine : **à gauche**, il se voit lui-même, exténué après une randonnée de 140 km en vélo, arrivant dans une ville, se voyant inquiet et constatant qu'il est sans nouvelles de Delphine, alors que ce n'est pas leur habitude. Et **À droite**, il mentionne trois images se superposant : 1. Delphine, heureuse et insouciante, réalisant une activité sportive. 2. Delphine se faisant draguer par un homme. 3. Delphine ayant une relation physique avec cet homme.

Alors que je l'entends décrire cette structure, je pense au fait que j'aime explorer le sens de mes propres images symboliques, je ressens de l'enthousiasme, puis me représente une construction visuelle de ces images à partir de ces propos, en étant impressionné par la richesse de cette construction à plusieurs images juxtaposées. Je le regarde en coin et l'écoute attentivement, notant qu'il me semble à nouveau déconnecté émotionnellement au cours de sa description, malgré l'intensité de ce qui est représenté.

Tout en regardant à nouveau rapidement Paul, je porte mon attention sur ce que je me représente de l'image de Delphine ayant une relation physique avec son amant ; je me dis que l'image qu'a Paul en regard est sans doute la plus douloureuse des quatre pour lui, alors que je réentends la phrase « pourquoi tu m'as fait ça » que j'associe au désespoir que Paul doit ressentir ; je me dis qu'il est essentiel pour Paul que je l'aide à s'autoriser à modifier sa perception de la situation, et me demande comment faire décrire cette image de scène de rapport intime, pour lui permettre

de faire évoluer son ressenti associé ; j'ai l'idée de lui proposer de changer des détails de la scène de cette image pour qu'elle puisse paraître moins crédible, car déformée, de moindre intensité, voire ridicule ; je prends juste après conscience que ça va être compliqué à faire évoluer au niveau des modalités sensorielles, en regard de la charge émotionnelle associée ; je me dis par contre que c'est bien par cette image qu'il me faut commencer à proposer à Paul d'apporter des modifications pour faire évoluer le tout, étant la plus impactante pour lui.

Je me retrouve bloqué cependant, à ce moment-là, pris d'une forme de léger vertige, détournant le regard vers le bas à gauche, ressentant comme une sensation de fraîcheur au niveau de la gauche de mon visage, avec la sensation d'une tension, comme « quelque chose de directionnel », dans mon crâne passant au-dessus de mon sourcil gauche. Je suis en train de prendre conscience du dilemme qui se pose à moi : lui proposer de décrire cette scène pour l'inviter à modifier ensuite des éléments de son contenu, c'est risquer de le faire se sentir possiblement très mal, même s'il n'exprime rien jusqu'à présent ; cela me semble être par ailleurs plutôt discutable sur un plan éthique : les éléments de représentation de cette scène sont probablement des éléments profondément intimes, et mes questionnements d'aide à la description pourraient être par ailleurs vécus légitimement par Paul comme particulièrement intrusifs ; Je le regarde à nouveau, j'hésite, sens ma respiration qui se retient : y aller ou pas ?

Je crains de jouer les apprentis sorciers si je poursuis tel quel ; je n'ai pas de précédent de retravail d'une scène de cet ordre ! Comment va-t-il le vivre ? Je le revois à ce moment-là me dire qu'on l'a diagnostiqué haut potentiel quand il était enfant, lors de la première séance, et repense aussi à sa maîtrise verbale et au sens de la nuance que j'ai constaté chez lui, ainsi qu'à sa capacité d'accès à son intériorité que j'ai pu appréhender ; je décide d'y aller ; je pense que pour éventuellement détourner l'intensité dramatique de cette scène pour lui, il est important de trouver quelque chose de particulier, peut-être dans comment il se représente l'amant, qu'il a peut-être péjoré d'une manière ou l'autre sous le coup d'une forme d'agressivité lors de la construction de cette scène, de sorte à obtenir un point d'entrée pour amplifier cette péjoration et l'aider à se distancier de la scène ; dans le même temps, je me représente le risque qu'il y a à ce qu'il aille porter son attention pour décrire sur ce qui se passe pour Delphine, et qui peut particulièrement le blesser ; je me dis qu'il importe de « border » au maximum mon intervention, je prends une respiration ample, prends mon temps, et l'invite à n'aller que là où il le souhaite : « Quand vous observez cette image comme elle se donne à vous, que pouvez-vous me décrire ? (*un temps, puis*) Quels éléments retiennent votre attention ? Prenez le temps ». J'observe alors intensément ce qui se passe sur son visage : il a les yeux fermés, il fronce les sourcils, je vois ses épaules s'affaisser... une moue sur son visage, il rouvre les yeux, je vois dans son regard de l'hésitation, puis il me dit « Ben, je vois Delphine heureuse ! ». Je réalise qu'il a focalisé son attention sur Delphine comme je l'appréhendais, je ressens comme un coup dans l'estomac, et dans le même temps, je me dis qu'il faut que je reformule ; je lui reflète ce qu'il vient de me dire et entends en moi une voix qui poursuit en me disant que c'est raté, et que c'est malin ! qu'il est évidemment allé sur l'élément le plus douloureux de la scène pour lui ; je pense qu'il est hors de question de poursuivre l'orientation de son attention sur les protagonistes de la scène, pour plutôt l'inviter à aller sur des éléments de contexte, et si possible sur des objets ou des meubles de la pièce ; je lui propose de poursuivre, en portant son attention à présent sur la pièce en lui disant que peut-être il y a des meubles, des couleurs ou une luminosité particulière sur les murs ; je l'entends me répondre après plusieurs secondes... « c'est un bungalow, je peux pas dire, c'est ce que je me représente de la pièce, en fait j'en sais rien » .

Au moment où je l'entends me dire ça, je réalise qu'il vient tout juste de me fournir une clé pour modifier sa perception de ce qui lui vient dans ses moments de colère. Il témoigne à



l'instant qu'il prend conscience que ses images sont complètement construites par lui. Je me saisis de ce fait, pour lui refléter la situation, en lui disant que « c'est un point très important » qu'il partage là ; « effectivement, toutes ces images » de sa représentation visuelle « sont complètement construites » par lui ! Ces images sont de sa propre production, par conséquent, autant il les a créées, tout autant, il peut peut-être créer autre chose que ce qu'il imagine ; je souligne alors en disant que comme il l'a dit, ces images ne sont pas la réalité ; je précise ensuite que c'est bien à partir de ce constat qu'on peut commencer par modifier sa réalité ; par contre, je comprends qu'il va nous falloir aller sur quelque chose de plus accessible pour lui pour commencer à modifier sa perception imaginaire des deux amants que la troisième image, trop chargée émotionnellement pour lui.

Je lui propose ainsi de travailler sur les sous-modalités de la deuxième image, celle où Delphine se fait draguer. "Essayez de faire un zoom arrière ou d'ajouter du flou", lui dis-je. Je l'entends me dire « d'accord » et entends dans l'intonation de sa voix comme une forme d'incrédulité... je l'entends à comment il allonge la fin du mot « d'accord »... j'observe qu'il fronce les sourcils... "Ça floute le reste, mais je les vois toujours précisément, les deux. Ça les met encore plus en évidence tous les deux", me répond-il. J'entends : le floutage ne fonctionne pas, renforçant même apparemment son malaise ! Je perçois en effet une forme de dépit dans la voix, et je me dis à ce moment-là que « ce n'est pas gagné ! »... je me dis même que peut-être il n'a aucun intérêt et ne se sent pas prêt à modifier quoi que ce soit de ce qu'il produit comme image pour le moment... je me dis aussi que peut-être il est en train de remettre en cause la pertinence de ce qui lui est proposé, comme sur le coup d'une forme d'incrédulité... Je pense alors à ce moment-là à la multiplicité des modalités sensorielles sur lesquelles il est possible d'agir, et lui fais une seconde proposition : passer l'image en noir et blanc. Peu de temps après ma proposition, je l'entends me dire avec une intonation de surprise dans la voix "Oh ben ça fait comme un vieux film. C'est moins intense". Il le dit en riant. Un changement d'état émotionnel par rapport à sa représentation devient perceptible ! Je me réjouis d'arriver sur ce que je perçois être un point de bascule de la séance, il va donc être possible à présent de modifier son état interne par rapport aux images, et d'en atténuer l'effet sur lui... Je lui propose alors de poursuivre à jouer sur les caractéristiques de l'image et « peut-être, même » d'ajouter du brouillard. "Ça change complètement l'effet de cette image, ils m'ont l'air très lointains", valide-t-il. J'observe un relâchement de ses traits, que j'attribue à un début de détente.

Maintenant que je suis avec l'idée qu'il peut modifier la prise qu'ont ces images sur lui, je lui demande de revenir à présent sur la première image, celle où Delphine pratique son activité. Je lui demande ce qu'il peut modifier dans cette image. Je lui rappelle qu'il voit Delphine aimant faire cette activité. Je lui demande sur quels paramètres il pourrait jouer pour que, peut-être, ce moment soit perçu par lui comme un peu moins plaisant pour elle. Je lui suggère que peut-être il pourrait jouer par exemple au niveau du temps qu'il fait ou encore sur d'autres conditions. Je l'invite à prendre son temps pour expérimenter et vérifier comment ses actions modifient son ressenti. Je constate qu'il ne ferme pas les yeux, mais a le regard un peu dans le lointain... puis il me fixe et me dit, relevant les sourcils et hésitant : "J'ai mis des nuages, du vent, même de la pluie... ça change rien ... » Je me dis qu'effectivement il m'a dit à la première séance que Delphine avait très envie de faire ce stage, et qu'elle aime cette activité... Je lui dis que je suppose que pour lui, il est peut-être normal avec cette première image qu'il voit Delphine prendre plaisir à son stage, quelles que soient les conditions, et lui demande confirmation, ce que je l'entends faire ... Je prends un temps en ajustant l'intonation de ma voix, la rendant plus grave... et lui dis que, dans le même temps, je suis en train de considérer l'image de gauche, où il m'a dit être inquiet, fatigué et n'ayant aucune nouvelle, contrairement à d'habitude ; je lui dis que je me demande si c'est ok pour lui, que pendant qu'il s'inquiète, elle « prenne du bon temps » comme je l'ai entendu me le dire auparavant. Il prend un temps, je le vois me regarder

et me dire, évasif, qu'assurément, elle aime cette activité, qu'il est vrai qu'il n'a pas compris pourquoi elle ne l'a pas appelé, et qu'il se demandait ce qui lui arrivait. Il m'indique alors qu'il s'est même imaginé qu'elle avait eu des soucis, et puis, s'était plutôt dit que s'il n'avait pas de nouvelles, c'est que vraiment ça allait bien pour elle ; je l'entends compléter avec « comme si elle avait laissé filer les jours ». Je prends conscience d'à quel point il protège encore actuellement l'image qu'il a de Delphine, et que c'est cohérent avec sa difficulté à ressentir de la colère. Je décide de lui proposer de rendre moins plaisante cette première image pour Delphine ; je lui reflète ce qu'il m'a partagé un peu avant, comment il prenait conscience que c'est lui qui produit ces images qui lui viennent, qu'il ne peut pas savoir comment ça s'est passé en fait, que ces images ne sont pas l'expression de la réalité, qu'elles forment juste une histoire avec laquelle il est actuellement ; puis je lui rappelle comment il m'a dit s'être senti trahi, alors que la confiance était une valeur très importante pour eux deux dans leurs échanges ; je lui indique alors que nous sommes lui et moi avec un exercice qui ne concerne en rien la « Delphine de la vraie vie », mais plutôt « la Delphine qu'il a en lui » actuellement ; je poursuis en répétant qu'il ne comprend pas pourquoi elle lui a fait ça ; et lui demande enfin si c'est vraiment ok pour lui de voir la Delphine qu'il imagine passer du bon temps comme ça, sans même qu'elle réalise apparemment que pendant ce temps-là, lui s'inquiète pour elle, alors qu'elle n'appelle pas, contrairement à leurs habitudes. Je lui dis alors posément que quelque chose me dit qu'il pourrait peut-être aussi modifier cette première image en imaginant pourquoi pas la « Delphine en lui », dans un moment moins confortable, et lui demande ce qu'il en pense. Je le vois hocher la tête ; je me dis que je peux poursuivre et lui suggère alors que ça pourrait être quelque chose comme jouer sur les conditions pour que ce soit juste un peu moins plaisant pour cette Delphine-là à laquelle il pense, voire, pourquoi pas, peut-être la placer dans une position en déséquilibre. Je vois Paul essayer, puis me dire : « je ne peux la faire tomber, je ne peux pas lui faire de mal quand même ! » Je me dis à ce moment-là que « ça y est, on y est ! ». Paul vient de me confirmer qu'il s'interdit de modifier l'image qu'il a de Delphine, et en tout cas, ne peut accepter qu'elle ne se sente pas bien de son fait, et qu'il s'en voudrait si c'était le cas, et je pense au fait qu'il faut à minima qu'elle soit en sécurité. Je lui dis alors que je comprends et qu'il ne s'agit pas ici de faire du mal à cette Delphine ; mais qu'il s'agit peut-être juste de « rééquilibrer les énergies » en présence. Je lui propose alors dans ce qu'il peut modifier s'il peut veiller à lui ajouter par exemple un équipement de sécurité, par rapport à son activité. Je vois une marque de surprise sur son visage, puis un léger sourire... Il ferme les yeux... puis les rouvre... ne me dit rien... Je prends un temps puis lui demande doucement « Alors... ? comment avez-vous fait évoluer cette scène ? ».

### **Fin de l'histoire**

J'arrête là le partage de mes vécus, en lien avec mes objectifs ; pour le lecteur, j'indique ci-dessous les éléments de contenus relatifs à la fin de séance : ayant compris qu'il pouvait modifier l'image de Delphine, en l'ayant mise en sécurité, et en accord avec sa valeur respect, Paul s'autorise à partir de là à changer profondément la scène ; il installe une tempête, fait en sorte que les éléments se déchainent, confirmant alors que ça n'est plus du tout agréable pour Delphine, celle-ci trébuchant même, et tombant, mais ne se faisant absolument pas mal, car étant en sécurité. Après ce travail, il se proposera lui-même de modifier l'image en haut à gauche de sa représentation, car c'est un lieu qui représentait un symbole très fort de leur relation ; je le soutiens dans ce travail en lui demandant au fur et à mesure ce qu'il peut faire ; il m'indique qu'il fait s'envoler tous les bâtiments du lieu, remplace la scène de cet endroit où il arrive en vélo par quelque chose qui est bon pour lui, une plaine où il va aller piquer sa tente et recevoir des gens qui comptent pour lui... Je le félicite pour le travail réalisé par rapport à ses productions visuelles... Nous terminons la séance, Paul m'indiquant qu'il repart en se sentant mieux, et envisage de poursuivre ce travail en visio depuis l'étranger.

### 3. Eléments de discussion

Cet exemple visait à illustrer l'apport des techniques de l'entretien d'explicitation pour documenter l'activité réelle d'un « psy », en situation, afin de l'intégrer à un travail d'analyse réflexive, en supervision ou intervision. A partir de là, l'analyse des réactions, pensées, prises d'informations et stratégies d'intervention peut commencer en s'appuyant sur ces données « brutes » en première personne, à la lumière des cadres théoriques retenus ; rappelons que l'objet de l'article n'est pas de donner à voir la méthodologie d'analyse des données recueillies, mais bien **la méthode de recueil de données en vue de l'analyse ultérieure**.

Quelques remarques en complément :

- Que ce soit lors de l'entretien d'explicitation initial et à plus fortes raisons lors de mes auto-explicitations ultérieures, j'ai pris la main sur l'identification des moments sur lesquels j'avais envie de revenir. Dans la perspective de mobiliser l'EDE pour des entretiens avec des psys à des fins de supervision ou intervision, ce sera toujours le A – donc le psy – qui sait ce qu'il a envie d'investiguer, étant le mieux placé pour le déterminer !
- L'intérêt d'amorcer un travail d'explicitation sur des moments vécus d'une séance est que cela active la remémoration par association, et autorise de nombreuses reprises ultérieures pour enrichir le corpus de données ; de nouvelles informations peuvent émerger, qui n'étaient pas apparues lors de l'entretien d'explicitation initial ;
- J'ai conscience de la difficulté qu'il peut y avoir à partager ce type de données dans un article ; au fond, cela emporte de donner à voir ce qui n'est pas si souvent que ça partagé, et encore moins rendu public, c'est-à-dire ce que fait le psy et pourquoi, alors que l'attention peut se porter naturellement plutôt sur les tiers, les « cas », les éléments de contenus des séances ! Et que dire de tous ces moments où le psy en situation est en train de se dire qu'il essaierait bien « quelque chose », mais ne sait pas si c'est vraiment adapté. On touche là comme à une sorte de tabou, où il ne serait question que d'interventions compatibles à l'existant, cadres théoriques et pratiques convenues, prescrites. Alors que chaque psy un peu expérimenté a intégré comme le réel résiste, et qu'il lui faut donc s'adapter et inventer en permanence, quitte à prendre parfois des risques, certes, mais appréhendés en situation, et surtout, accompagnés.

Concernant l'intérêt/l'opportunité de l'outil EDE pour les psys : l'entretien d'explicitation permet de documenter l'activité réelle d'un professionnel en situation : actes concrets, matériels, mais aussi psychiques, à travers ce que se dit la personne, ce sur quoi elle porte son attention, dans sa tête, ou dans son environnement. En mettant en évidence en particulier ce sur quoi il porte attention dans la situation d'entretien, et en permettant d'accéder aux connaissances en acte et aux connaissances formelles qu'il mobilise, cet outil permet donner lisibilité des stratégies d'action et d'intervention. Ces stratégies, souvent implicites, sont essentielles pour comprendre comment les praticiens accompagnent leurs patients ou clients. L'explicitation offre ainsi une opportunité unique de rendre visibles ces processus, et de les partager avec d'autres professionnels pour enrichir les pratiques. Cependant, quelle que soit leur orientation théorique, je crois constater que les psys semblent peu investir l'entretien d'explicitation à des fins de description et de documentation de leur activité en séance<sup>49</sup>.

On ne vient en général pas à ce métier par hasard. Les personnes qui deviennent professionnels de l'accompagnement psychologique ont souvent un accès plus grand à leur intériorité que

---

<sup>49</sup> Il y a d'ailleurs peu de « psys » membres actifs du Grex aujourd'hui et rares sont les articles traitant de la mobilisation de l'EDE par des psys en lien avec leur activité d'accompagnement individuel ; cf. toutefois JP Ancillotti et Catherine Coudray Ancillotti, et leur thérapie constructive par le dialogue et l'action, incluant l'EDE au service des patients, et de leurs analyses de pratiques professionnelles.

d'autres corps de métier. Cette caractéristique pourrait expliquer la méconnaissance, voire peut-être même une forme de réticence à utiliser des outils comme l'entretien d'explicitation, perçus comme peu pertinents, car n'ayant pas à leurs yeux de valeur ajoutée par rapport à la certitude d'être plutôt à l'aise pour accéder en soi, et à ce qui s'y passe.

Or, nous retrouvons là un écueil classique, tous corps professionnels confondus, maintes fois entendu en formation : « on sait déjà décrire notre pratique, non ? » En regard : c'est une chose de reconstituer à posteriori en se disant ce qu'a dû être un moment vécu, c'en est clairement une autre que de prendre le temps de laisser revenir ce qui ne semble pas avoir été mémorisé à priori. Ensuite : quand bien-même une personne pourrait avoir développé par expérience (et nécessité ?) l'accès à sa propre intériorité, il ne va pas de soi de focaliser son attention sur ce sur quoi elle n'irait pas spontanément, par habitude. C'est là toute la puissance de ces techniques que d'aider à recueillir ce qui a été véritablement vécu et qui avait été « mis de côté » car jugé peut-être moins important à mémoriser.

Cette facilité d'accès à leur intériorité, souvent attribuée aux psys, pourrait représenter aussi un atout majeur pour l'explicitation. En effet, bien que cette population pourrait penser a priori avoir moins besoin de se former à des techniques de recueil d'activités (car estimant peut-être déjà maîtriser ces compétences), leurs prérequis en introspection pourraient, au contraire, leur permettre de s'approprier plus rapidement et efficacement ces outils.

La question se pose enfin de l'intérêt de diffuser et de faire connaître cette technique dans les filières de formation des futurs psychologues, ainsi que dans les écoles formant aux autres « métiers de la psyché ». Intégrer l'entretien d'explicitation dans les cursus permettrait peut-être de lever le verrou limitant son utilisation. En formant les futurs professionnels à cette méthode, on leur offrirait un outil précieux pour le retour réflexif et le partage des pratiques à partir du réel et non du prescrit. Cela pourrait également encourager l'innovation et l'amélioration continue des pratiques professionnelles.

## ***Former à l'Entretien d'Explicitation***

### ***Journée d'études 35 ans de transmission, quels horizons ?***

*Fabien Capelli*

Comme évoqué lors de notre dernière Assemblée générale, nous avons retenu l'idée d'organiser la prochaine Journée des formateurs dans un format volontairement différent. À titre exceptionnel, cette rencontre prendra la forme d'une journée d'études ouverte à l'ensemble des membres du GREX2.

L'objectif est d'ouvrir une dynamique nouvelle, de prendre du recul et de réfléchir collectivement à la manière dont nous transmettons aujourd'hui l'entretien d'explicitation, tant dans ses fondements que dans ses pratiques actuelles.

#### **DATE, LIEU, DURÉE, PUBLIC**

- **Samedi 20 juin 2026**
- **PARIS- Forum 104** : 104 rue de Vaugirard 75006 Paris  
<https://www.forum104.org/>
- **Une journée** : 10h00–18h00 (accueil dès 9h00)
- **Participation à la journée** : membres du GREX2
- **Proposition de contribution** : formateurs habilités ou en cours d'habilitation

#### **FINALITÉ DE LA JOURNÉE D'ÉTUDES**

Notre journée des formateurs, centrée sur la pédagogie, la pratique réflexive et la cuisine du consultant-formateur, demeure un temps essentiel de notre vie collective. Exceptionnellement, pour l'édition 2026, nous proposons de lui substituer une journée d'études.

Cette journée d'études vise à prendre de la hauteur, à regarder plus largement notre histoire, nos trajectoires et la manière dont nous pratiquons et transmettons aujourd'hui l'Entretien d'Explicitation. Il s'agit, pour cette année, d'ouvrir un espace consacré à la perspective, à la mise en mémoire et à une orientation collective de nos activités de formation au sein du GREX2.

Les deux axes retenus pour cette journée d'études ont été conçus pour susciter votre curiosité et inviter celles et ceux qui le souhaitent à prendre part aux tables rondes. L'enjeu est avant tout de partager une expérience, un questionnement ou un éclairage, en préparant un fil conducteur minimal dans un esprit d'ouverture.

Les tables rondes seront des espaces vivants, animés par un modérateur, où chacun pourra contribuer sans formalisme excessif. Trois tables rondes sont envisagées pour rythmer cette journée. Nous espérons qu'elles donneront envie à plusieurs d'entre vous de se manifester.

Nous veillerons ensuite à rassembler et synthétiser les apports, afin de nourrir notre réflexion collective et d'en conserver une trace utile pour la suite.

## **APPEL À PARTICIPATION : COMMENT PROPOSER UNE INTERVENTION ?**

Pour faciliter l'organisation de cette journée :

### **Ce que vous pouvez envoyer**

Un court résumé d'une demi-page (10 à 20 lignes), comprenant :

- un titre
- l'objet de votre intervention
- une piste d'ouverture ou un angle pour nourrir une discussion

### **Où envoyer votre proposition**

Laurence APPRIOU-LEDESMA : [laurenceappriou.ledesma@yahoo.com](mailto:laurenceappriou.ledesma@yahoo.com)

### **Date limite d'envoi**

6 mars 2026

## **COMITÉ D'ORGANISATION**

Laurence APPRIOU-LEDESMA, Marine BONDUELLE, Fabien CAPELLI, Marie-Hélène LACHAUX

## **INSCRIPTION ET CONDITIONS DE PARTICIPATION**

La participation à la journée d'études est gratuite.

Pour des raisons d'organisation, une inscription préalable en ligne est requise. Le lien d'inscription sera communiqué par courrier électronique

## **PROGRAMME DE LA JOURNÉE**

Le programme sera présenté dans le numéro du mois de juin.

## **LES AXES**

### **AXE 1 – Revisiter 35 ans de formation à l'Entretien d'Explicitation**

Revisiter 35 ans de formation à l'Explicitation constitue bien davantage qu'une plongée dans le passé : c'est l'occasion de prendre appui sur notre histoire pour éclairer notre horizon. Que transmettons-nous réellement depuis plus de trois décennies ? Quels choix pédagogiques ont façonné notre manière de former ? Comment les formats, les publics et les attentes ont-ils évolué, parfois en profondeur ? Et surtout : quelles ressources cette mémoire collective peut-elle offrir pour regarder notre avenir ? Remettre en circulation cette histoire, la partager et la questionner, c'est renforcer ce qui nous relie, reconnaître ce qui a fait notre solidité et discerner ce qui mérite d'évoluer. Une manière de relier transmission et projection, continuité et renouvellement.

#### **Sous-thèmes possibles pour inspirer les participants :**

- Comment nos formats ont-ils évolué (du format initial aux quatre jours actuels et pourquoi ?
- Quelles transformations sociales et institutionnelles avons-nous traversées ?
- Quels choix pédagogiques ont structuré nos pratiques et comment les comprenons-nous aujourd'hui ?
- Qu'avons-nous déjà tenté, abandonné, revisité ?
- Transmettre l'histoire de la formation aux nouvelles générations ?
- Quelles continuités et quelles ruptures ont marqué la formation depuis 1990 ?
- Comment notre histoire peut-elle éclairer nos orientations ?

Ces questions sont des portes d'entrée possibles pour témoigner, partager une expérience ou ouvrir un débat constructif.

## **AXE 2 – Être formateur habilité aujourd'hui : comment maintenir et développer sa compétence ?**

Être formateur habilité aujourd'hui suppose de maintenir et de développer sa compétence, dans un contexte marqué par le renforcement des exigences réglementaires liées à Qualiopi, tout en engageant une réflexion qui dépasse largement ce cadre. Nous disposons déjà d'espaces précieux (Université d'été, séminaires, ateliers de pratique, formations suivies individuellement) mais comment ces différents lieux résonnent-ils dans notre maintien et développement de notre compétence à former à l'EdE ? Quelle trajectoire dessinent-ils collectivement ? Et comment pourraient-ils se réarticuler pour soutenir une dynamique renouvelée et plus visible ?

Cet axe invite à faire le point, à valoriser ce qui existe, et à imaginer ensemble de nouvelles façons de faire circuler la pratique, la réflexion, en lien avec la recherche.

### **Sous-thèmes possibles pour donner envie de participer :**

- Comment entretenons-nous, concrètement, notre compétence de formateur ?
- Qu'apporte l'écriture d'articles, la participation à l'Université d'été ou aux ateliers de pratique ?
- Comment relier davantage les espaces existants : pratique de terrain, séminaires, recherche ?
- Comment soutenir les formateurs qui se sentent parfois isolés dans leur pratique ?
- Quels nouveaux espaces imaginer : par exemple une « université pédagogique d'hiver » ?
- Quels parcours d'évolution pour un formateur habilité : jeune praticien, praticien confirmé, praticien réflexif, praticien-chercheur ?
- Comment nourrir notre identité professionnelle collective avec les évolutions de la formation continue et des transformations du monde du travail ?

## *S é m i n a i r e*

→ Vendredi 6 février 2026 :

**Séminaire : 10h00-17h30**

Distanciel : un lien Zoom sera diffusé  
jeudi 5 février.

Samedi 7 février 2026 :

**Matinée de pratique**

Distanciel :

En attente de confirmation

## *Sommaire n° 148*

1-13 Explicitation d'une anticipation en acte : l'expérience Bilobo, Éric Maillard.  
14-19 Les concepts de l'attente dans la phénoménologie de Husserl, Frédéric Borde.

20- 27 Identité Unique ? Multiplicité des Moi(s), Auto-explicitation et Co-identité, Claudine Martinez

28-36 Explicitation et réflexivité des psys : quels enjeux ? Nicolas Boisard.

37-39 Former à l'Entretien d'Explicitation. Journée d'études. 35 ans de transmission, quels horizons ? Fabien Capelli.

## *A g e n d a 2 0 2 6*

### **Prochaine remise des articles pour le n° 149**

Police Times New Roman, taille 12, sans  
mises en forme automatiques.

**Mercredi 11 mars 2026**

→ Vendredi 3 avril 2026 :

Séminaire : distanciel,  
un lien Zoom sera diffusé le 2 avril

→ Samedi 4 avril 2026

Matinée de pratique : distanciel,  
un lien Zoom sera diffusé le 2 avril

## *U n i v e r s i t é d ' é t é 2 0 2 6*

Du jeudi 20 août 9h00, au lundi 24 août  
14h00,  
au château de Goutelas.

:::

## *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.expliciter.org](http://www.expliciter.org)

Directeur de la publication : Frédéric Borde  
N° d'ISSN 1621-8256

::