

Expliciter 109

« Faites des commentaires de protocole » qu'il disait...

Sylvie Bonnelle

Dans cet article, je vais vous présenter une exploration en première personne de ce qui se passe dans un court moment où je suis A, placée en exo position, afin d'alimenter notre recherche actuelle sur le lien entre positions dissociées, évocation et obtention d'un niveau de détails supplémentaires à propos d'un vécu de référence.

Le contexte

Les extraits du protocole transcrit sur lesquels j'ai travaillé sont issus d'un entretien avec Sandra en B et Claudine en C. Il est conduit le 3^{ème} jour de l'université d'été. Lors de cet entretien avec Sandra, l'objectif de départ est pour moi d'explorer comment fonctionne l'émergence d'un mouvement dans la situation de Feldenkrais vécue avec Pierre. Cette situation évoquée sera le V2. Le vécu de référence pour lequel je souhaite obtenir plus d'informations en V2 dans le Feldenkrais est un moment de conflit interne où je suis B et que j'accompagne A pour « un alignement des niveaux logiques ». En résumé : le conflit « me tombe dessus » quand se percutent en moi ce que je connais de l'utilisation habituelle de l'alignement des niveaux logiques et des consignes de fonctionnement de l'exercice, la consigne de Pierre de se départir des consignes et le souhait de A de travailler sur un moment à venir, un projet donc qui correspond pour moi à un « non-respect » de la consigne habituelle pour un ANL. Ce sera ici le V1.

Mon objectif de recherche :

Cet objectif est quelque peu décalé avec l'objectif de l'entretien en V3 car à la suite de la transcription du protocole, je me suis plus intéressée à de courts passages de l'entretien qui rencontraient des préoccupations du GREX, et formalisées par Pierre dans son article : « Le paradoxe de « l'évocation dissociée ». Propositions pour un nouveau concept. » p 30-33, Revue Expliciter n°108, Novembre 2015.

Méthode de présentation

Les extraits de l'entretien en V3 sont présentés en italiques, avec quelques fois des mots que j'ai choisi de mettre en gras car ils sont en lien direct avec ce qui nous intéresse ici. Et les commentaires sont faits au fil des relances. Les commentaires sont le fruit de plusieurs reprises successives suite à des relectures, relectures faites seule à distance de l'écriture précédente et suite à des réponses aux questions posées à l'écrit par Pierre directement dans le protocole. Ils peuvent tantôt expliciter davantage ce qui me vient en me relisant lors des reprises mais aussi être assortis de quelques tentatives d'éclairage ou d'élaboration d'éléments

éclairant les questions que nous avons croisées cet été suite à nos expériences en sous-groupes ou dans nos échanges en grand groupe : Que se passe-t-il du point de vue de l'évocation quand nous sommes placés en exo position ? Comment se rapporte-t-on à des vécus s'intéressant à un même objet mais appartenant à des temporalités différentes depuis ces positions ? Evidemment « En apprend-on un peu plus sur le V1 en procédant de cette manière ? » reste la question phare en lien avec la finesse d'accès à de nouvelles informations...je la laisse ici un peu de côté.

Extraits du protocole accompagnés des éléments de réflexion

► Passage 1 :

Je relate dans l'entretien avec Sandra un moment du V2 (rappel V2 : situation du Fekdenkrais avec Pierre). Je viens de décrire à Pierre la situation que j'ai envie d'explorer, nous sommes en bas dans sa bibliothèque et je me déplace une première fois, dans l'escalier pour regarder la situation d'un autre endroit. Je vais appeler ce moment le V2a

B1. Revenir au moment où tu es dans l'escalier, où tu te sens déplacée dans l'escalier.....j'aimerais que tu me décrives les moments importants pour toi dans l'escalier...

A2. Ca me monteça me paraissait évident qu'il faut que je monte dans l'escalier....bon, ...je m'arrête aux 2/3, en périphérie il y a ...je m'élève au-dessus et à un moment je m'arrête et je me tourne....je suis assez haut, c'est bon ! Je surplombe ...donc il y a cette espèce de mise en abîme visuelheu....voilà.....une fois que je suis là

3. Tu es làtu montes...tu es à la bonne place.....

Deux choses. La première « ça me monte » en 2. Par la suite le « ça » n'est pas exploré alors qu'une « force » est à l'œuvre dans ce moment de montée dans l'escalier. A l'écoute de l'enregistrement, le ton est appuyé au moment où je le dis. Je le dis avec force, une force analogue à celle qui se manifeste en V2. Quoi de moi me fait monter à une hauteur juste, à laquelle je m'arrête ? Quelle instance est à l'œuvre ? Le « je » n'est plus présent dans ce moment de description du vécu, « la dimension personnalisante a disparu ». (Billet blog PV). On rate l'occasion d'explorer cela. Mais l'absence de question de Sandra ne me gêne pas à ce moment-là. Je n'ai pas complètement conscience au moment où je dis « ça me monte.... » que je le dis et qu'il faut le questionner. Mon témoin-chercheur n'est pas en alerte donc qu'il n'y ait pas de question ne me gêne pas. Par contre, à la lecture de ce passage du protocole, je suis étonnée a posteriori de m'entendre dire « ça » comme si j'avais, durant les 4 jours de l'université d'été, intégré une sensibilité à la notion d' « agentivité » juste nommée par Pierre. La seconde : comment je sais que je suis à la bonne hauteur ? Je le perçois, quelque chose en moi sait, sent, que c'est juste là. Se fait en moi une sorte d'évaluation qui met en relation la situation à regarder en bas et « cette place ailleurs pour « voir autrement », pour la contempler sous un autre angle. L'intention qui m'est donnée juste avant en bas m'embarque dans mon ascension de l'escalier et c'est comme si le « être au-dessus pour mieux voir » s'activait. Je fonctionne assez bien avec le contre-haut pour embrasser un ensemble (un paysage, une scène, la classe au travail debout sur un banc dans le gymnase, moi debout devant un groupe d'étudiants assis...). Cela ressemble fort à l'activation d'un schème ? Donc, « Je » est principalement en activité motrice, mes jambes me montent, « je » est portée par l'intention éveillante « un autre endroit...etc... » et rien d'autre si je peux le dire comme cela et « elle » sait déjà qu'en montant elle en verra et saura un peu plus. « Quand il y a plusieurs sources d'agentivité, plusieurs instances, le « je » perd son sens, il est trop global, il ne se prête pas à des différenciations. » Billet blog PV (www.entretienavec pierre.com).

► Passage 2

4. Pierre va tourner mon attention vers..... « Et de là où tu es (arrêtée dans l'escalier en V2b)..... ».....ce qui est présent c'est le conflit vécu en V1 que j'ai en tête à ce moment-là, je suis très branchée sur moi...dans la scène (du V1) en bas là..... ;
5. Et quand tu es branchée sur toi comment c'est ?
6. C'est comme s'il y avait une espèce de courant....un lien entre là où je suis dans l'escalier et ce que j'étais dans le vécu de référence évoqué en bas.....
7. Tu serais d'accord pour me décrire ce lien ?
8.heu.....(silence)
9. S'il avait une forme, une direction ?
10.(long silence)
11. Quel est ce lien entre toi dans l'escalier et toi.....
12. C'est un coup d'œil surplombant, je ne sais pas comment dire autrement....
13. tu ne parlais pas seulement d'un coup d'œil mais d'un lien.....
14.oui je suis reliée.....dans l'escalier je suis un peu absente à moi dans l'escalier,c'est comme si je te fais une ligne qui descend quoi.....je passe en bas, je repasse dans le vécu de référence
15. Tu veux bien me décrire ?
16. C'est comme si je traversais des temporalités différentes.....parce que je suis dans l'escalier sans y être.....c'est plutôt.....là dans l'escalier je suis quasiment occupéepas occupée.....c'est pas que je me transporte.....c'est comme si je me vidais(ton appuyé) quand je suis dans cet escalier , j'y suis sans y être, c'est comme si je me vidais de ma substance corporelle , de mon existence, mon ...machin.....et je pars mentalement dans l'autre là (je montre vers le bas ??).....c'est un peu ça qui.....si c'était un mouvement ça serait fuuuuuuuuu... (mouvement d'aspiration vers le bas en courbe fait avec la main)....vouuuuuuuuu.....je me vaporise...je.....je ...je me téléporte (rires)....je ne sais pas ce que je fais , je me vaporise dans l'escalier si je peux le métaphoriser comme cela.....c'est un peu l'inverse du génie qui sort de la lampe.....je sors de mon enveloppe et de mon existence terrestre dans l'escalier là à.....pfouuuuuuu...dans une existence immatérielle.....c'est un mouvement de glissement.

Dans la réplique n°4, j'évoque le moment du V2 où je suis arrêtée dans l'escalier en contre-haut et je décris ce qui se passe pour moi à ce moment-là.

En n°8, dans ce silence, en exo position 1 dans l'escalier(V2 b), je suis en évocation du V2a et je me laisse retrouver doucement en V3 comment je suis reliée dans l'escalier à la situation qui vient d'être évoquée en bas(V2a= évocation du V1)...je suis dans le rythme du laisser revenir, c'est pour cela qu'il y a du silence. En n° 9, j'entends les propositions de Sandra et je pense maintenant qu'à ce moment-là de l'entretien, je me mets en retrait mentalement de l'ensemble de la scène moi en haut dans l'escalier et la Sylvie juste avant en bas et j'observe le type de relation qui se fait entre l'exo position du Feldenkrais dans l'escalier et la scène du V2a où j'évoque V1.

Ce qui est compliqué à décrire, c'est dans ce temps de l'entretien en V3, cette sorte d'emboîtement des vécus qui se sont succédés dans le temps, tous co présents en V3 lorsque Sandra me questionne. Et ce qui m'étonne a posteriori, c'est de voir qu'ils sont tous présents à moi en V3 mais avec plus ou moins de puissance. Ce que Pierre a nommé « évocations dissociées », je les qualifierais en plus d'évocations superposées : évocation du V1 avec Nadine et ce conflit que je vis au moment où elle me décrit ce sur quoi elle veut revenir pendant l'ANL remémoré dans le V2a au tout début dans la situation de Feldenkrais avec Pierre puis liée au V2 b quand je suis dans l'escalier et en V3 : l'ensemble de ces vécus pour certains plus « contemplés » qu'évoqués en V3 au sens littéral de l'acte d'évocation tel que nous le définissons. Si je pousse un peu plus la description : il y a pour moi une forme

d'élasticité dans l'intensité de la remémoration de vécus emboîtés dans cette situation en V3 où je suis aussi en exo position, où le vécu de référence peut être vaguement présent et distant, puis devenir à nouveau très présent (16), le V2a(en bas dans la bibliothèque) et V2b(en haut dans l'escalier de la bibliothèque) davantage à proximité mentale mais cette fois avec leur lien rendu « visible » au sens d'accessible par le travail d'accompagnement de Sandra (6, 12,14 et surtout 16) et enfin l' évocation en V3 de la scène d'ensemble du V2 : V2a-V2b avec leur lien et le V1 englobé présent dans le V2a.

En 16, je conviens en relisant le protocole que c'est exotique ! Avec une image surgie des contes des mille et une nuits quoi ! Des passages d'existences terrestres à des modes d'existences autres, immatériels. Je ne me reconnais pas dans ce que je décris, ce n'est pas habituel de décrire cela pour moi mais ce que je reconnais c'est le processus mental à l'oeuvre que je retrouve dans toutes les situations de dissociation géographique que j'ai vécues avec ce sentiment « d'y être sans y être » et d'être à plusieurs endroits en même temps sur des modes de présence très différents , des niveaux de conscience différents de moi (cf la suite en 18).

► Passage 3

17. *C'est un mouvement de glissement....de glissement vers le bas...dans ce lien, ce mouvement de glissement vers le bas, à ce moment où tu es tout à fait reliéequ'est – ce qui se passe pour toi dans ce moment-là ?*

18.voilàben j'existe en bas...

19. *Tu existes en bas, et quand tu existes en bas.....*

20. *C'est à ce moment-là que Pierre...il me propose de ...pas refaire le film du vécu de référence...de pas repartir en évocation mais de....c'est là qu'il me dit « quand tu regardes...qu'est- ce que tu vois...et si tu le mets en mouvement, en image, en couleur, qu'est-ce que c'est ... ? »... enfin c'est comme si ça bloquait le processus habituel...*

Ce mouvement de glissement pour moi, c'est une traversée de temporalités différentes, un passage d'un temps à un autre temps sans bouger. Et si je convoque le concept « d'évocation dissociée » dans ce moment exactement, il ne me convient pas tout à fait. Je n'ai pas le sentiment que « le passage » que je décris corresponde à cela entre le V2b (dans l'escalier) , le V2a(évocation du V1 dans l'étape 1 du Feldenkrais en bas dans la pièce) et le V1 lui-même. J'ai plus la sensation d'une circulation de présence mentale d'un vécu (V2b) à un autre (V2a) comme un liquide dans des vases communicants placés à des hauteurs différentes : le liquide se déplace d'un récipient à l'autre mais ce n'est pas parce que le récipient 1 est vide qu'il n'existe plus, par contre celui qui s'est rempli existe davantage sur le mode « plein ». Concernant ce que j'entends par le « processus habituel » en 20 : c'est la description, la mise en mots des actes(les N1 et N2) de l'entretien d'explicitation.

► Passage 4

21 *Quand ça bloque le processus habituel...*

22 *Quand ça bloque c'est....*

23. *Qu'est-ce qui se passe quand ça bloque ?*

24 *C'est comme si ça faisait foupppp « attends ! »(geste de mettre de côté dans la tête), ça fait cet effet -à : « c'est pas ça qu'on te demande », donc ça arrête et ça laisse la place à ...voilà : un possible avènement de quelque chose d'un autre ordre que « ah oui j' entends la consigne gna gna gna... » (ça arrête) la description du phénomène cognitif qui se passe à ce moment-là, ça foupppp ça le contient dans un endroit je ne sais pas où ...et du coup sous l'effet des mots il y a une suspension de tout ça , il y a un vide qui laisse ... « est-ce qu'il y a quelque chose qui vient ? » donc là il y a ça...*

Ici j'apprends comment l'intention éveillante lancée par Pierre lors du début du Feldenkrais permet de débrancher la modalité habituelle de description du vécu (N1 et N2) avec cet effet de contenir pour laisser place à une autre modalité d'expression du vécu de type N3(?).

► Passage 5

25. *Donc ça bloque...*

26. *Ca suspend...ça maintient, ça contient....*

27. *Qu'est- ce qui se passe au moment où ça suspend...ça maintient, ça contient.... ?*

28.
...une espèce d'attente, ça laisse de la place à une attente.....

29. *Ca se manifeste comment cette place pour une attente.... ?*

30.....*ça libère un espace où il y a un possiblemais après ...quand je le dis il y a une petite voix qui dit « je sais pas s'il va venir quelque chose » et lui il doit continuer « prends le temps, laisse venir...na na na ...la petite musique...mais je suis incapable de te dire...qui me tient*
là ..

31. *Au moment où il donne sa consigne, où la suspension se crée, que cette petite voix arrive, quelle est la chose qui se donne à toi, en toi ?*

32.*ben.....c'est comme si je me percevais sous un autre angle...dans une autre.....ça me donne la possibilité de me percevoir, de percevoir ...sous une autre forme, sous une autre modalité*

Alors le long silence en 28 c'est la même chose que précédemment (8) , ça ne me dérange pas trop cette question parce qu'en fait je suis occupée à me rapporter en V3 à ce que je suis en train de retrouver, je goûte , sous l'effet des propositions de Sandra je rôde mentalement autour de la scène évoquée du V2a et je rôde autour de moi dans cette scène, j'ai le sentiment que je « me tourne autour » pour capter ce qui se passe , ça prend du temps, j'ai le sentiment d'un mouvement circulaire autour pour appréhender ce qui se passe à ce moment-là... et ce n'est pas seulement du visuel , c'est une activité perceptive intense avec tous les sens en éveil, radar grand ouvert , antennes déployées au maximum puisqu'il faut rentrer dans un fonctionnement mental de «blocage d'un processus » à un moment donné et ça me demande du temps

Et à nouveau dans ce moment, une absence à moi-même en V3 et le même phénomène de « transvasement » du V3 dans le V2b+V2a.

► Passage 6

33. *Tu te donnes la possibilité....est-ce que tu veux bien qu'on reste sur ce moment-là qui te donne la possibilité... ?...est-ce que tu serais d'accord pour qu'on aille voir ce moment-là en mouvement ?...en se déplaçant ?*

34. *Oui...oui....là ce que tu dis quand « ça me donne la possibilité », ça serait quoi si c'était un mouvement ?*

Là je ne comprends pas bien ce que Sandra me demande

► Passage 7

35. *non plutôt , tu as parlé de cette consigne(de Pierre) qui arrêta et qui créait une suspension, je te propose d'aller voir ce qui se joue en Sylvie à ce moment – là . Est-ce que tu es d'accord ?*

36. *Hmm(j'acquiesce)*

37. *Ce que je te propose c'est de te trouver la position dans l'espace, la posture, l'endroit où tu te sentirais bien pour aller voir ce qui se passe vraiment à l'intérieur de Sylvie à ce moment-là, au moment de suspension....Tout est possible y compris projection en dehors de cet espace qu'on pourra atteindre ..on verra comment, de multiples manières...*

38. *C'est très basse*

Nécessité absolue à ce moment-là de me baisser pour répondre à ce que me propose Sandra et pouvoir mieux « observer » au sens de découvrir, pas voir. Pourquoi « nécessité absolue » ? Quelque chose en moi sait que je dois me baisser pour mieux saisirAgentivité toujours.... Autre schème que je connais bien aussi qui serait le pendant du précédent décrit plus haut :

pour mieux saisir au sens de comprendre pour agir et non pas de superviser pour réguler ou pas, c'est me mettre à la hauteur et m'accorder posturalement.

► Passage 8

39. *C'est très basse....*

40.*Là c'est bon(je me suis reculée et je m'accroupis face à là où j'étais)*

41 *Alors je t'invite à prendre le temps de laisser venir à toi ce qui se passe pour Sylvie dans ce moment-là de suspension....*

42. *Il se passe ça (mouvement de m'allonger sur le côté en position décontractée en appui sur un coude + rires de surprise), si c'était un mouvement ça serait un peu ça, c'est-à-dire une espèce de*

A ce moment-là en V3 ce qui vient spontanément pour décrire c'est un mouvement, plus facile pour moi que de mettre des mots sur un changement de posture mentale. J'ai le souvenir d'un jaillissement de faire ce mouvement de m'étendre sur le côté que je reconnais comme une posture de détente que j'adopte dans les moments où je suis bien, en pleine vacuité plutôt que de chercher à décrire.

► Passage 9

43. *Il se passe ça....(allongement « lascif » sur le côté, appuyée sur un coude)*

44 *ça rentre dans un espace où c'est lascif...un peu tu voisdu coup ça écarte le ...quand je t'ai dit ça comprime, ça maintient, du coup la conséquence c'est ah.....c'est ça le lâcher peut-être...pour moi c'est une position de relâchement ...*

45. *Oui une posture de relâchement....oui*

46. *C'est bien ...si c'était un geste, ça fait ça ...*

47. *Et tu me décrivais un mouvement de relâcher.....*

48. ; *ben c'est comme si ça passait d'une posture tendue à ça qui est poufffff.....en fait si je l'image par un mouvement : de debout un peu crispée à passage au sol sur la moquette et voilà*

Je peux donc approcher l'effet de la consigne de Pierre sur mon fonctionnement mental en V2. Ce que je trouve de « frais » c'est que cela s'exprime d'abord par un mouvement alors que la réplique 41 ne suggère rien de cet ordre -là. C'est comme si d'avoir déjà vécu deux situations de Feldenkrais avait ouvert une nouvelle possibilité chez moi de m'exprimer en geste pour dire et que cela se fasse sans m'en donner l'intention éveillante ...(pourtant cela ressemble au processus de création en danse que je connais bien par ailleurs en tant que pratiquante et enseignante...) comme si un apprentissage s'était fait à force d'expériences, de mises en situation diverses et variées, comme si le répertoire pour décrire ce qui se passe en moi s'était élargi.(A vérifier.....). Donc ici j'accède au processus psychique qui s'effectue sous l'effet de la consigne en V2 : blocage du rationnel, lâcher et ouverture d'un espace.

► Passage 10

49. *Est-ce que tu serais d'accord pour prendre une autre position pour essayer de voir si tu peux nous décrire en mots, d'une autre façon ce qui se joue à ce moment- là ?....Ou peut-être ce qui se joue juste après que ce mouvement de relâcher se soit installé ?*

Prends ton temps.....pour voir quel espace t'attire ?....quelle posture te semble juste....pour aller voir ce qui se passe à l'intérieur de Sylvie au moment de ce relâchement ou peut-être juste que ce mouvement s'initie.....

Long temps d'arrêt (je ne sais plus si j'ai bougé)

Ici, en relisant le V3 transcrit, un lien évident m'apparaît que je n'avais pas encore fait : à nouveau une sorte de processus emboîté. Je m'explique : pour décrire en V3 un processus à l'oeuvre en V2b (processus explicité en 24, 26, 30 de l'effet de la proposition Feldenkrais de décrire « ce qui apparaît sous forme de mouvement, couleur,... ») me vient un mode de description de type Feldenkrais : un mouvement (43). Je peux avancer que je rentre à ce

moment-là en V3 dans un niveau de description de niveau 3. En somme, à ce moment-là du V3, le fait d'être placée en exo position par Sandra permet non seulement d'accéder à une description fine du processus cognitif à l'œuvre en V2b, mais réveille semble-t-il dans le même temps une ressource descriptive de type « mouvement » N3 pour le décrire.

► Passage 11

50. *Justement c'est le fait d'avoir ce passage... qui fait que doucement j'accède ...j'accède(en V2b)sur un autre mode à ce qui se passe dans le vécu de référence....donc ...c'est là oùça m'arrive sous un.... mouvement de torsion, le mouvement de torsion m'arrive...ça monte du sol*

51. *Donc tu es dans une posture droite....*

52. *Si je l'image, ...si je la métaphorise...ouiune posture psychique.....qui est occupée, qui a le conflit qui fait chier...(V1) et les mots, la consigne de Pierre...hop ! font ce que je viens de te décrire làcet... de libérer de l'espace, de pousser ça, de le contenir avec une métaphore de mouvement d'une position un peu tendue debout à pouffff...donc ça libère l'espace, je m'allonge, je me détends,*

53. *Qu'est-ce qui se passe dans ton corps au moment où tu as cette métaphore de mouvement...est-ce que tu peux....prends le temps de t'arrêter la-dessus.....qu'est-ce qui se passe pour Sylvie dans l'escalier, ...dans son corps ?*

54. *Alors sur l'escalier heu pfffff....*

55. *Où elle entend la consigne*

56. *Je suis plus sur l'escalier quoi ...c'est vraiment....je suis descendue...je suis repassée.... je suis repassée dans le.....ça se passe pas la hautça se passe parce que je redescends ...en bas...je suis au contact du vécu de référence....quand la consigne me parvient en haut de l'escalier j'ai déjà bougé, j'ai ...d'espace-temps et quand ma perception se fait des mots j'ai vraiment le sentiment que c'est plutôt celle qui est en bas qui...je suis désincarnée du hautje suis là-haut mais c'est pas terrestre là-haut, c'est celle qui est en bas qui est active....*

57. *Celle qui est en bas sent cette sorte de mouvement de relâchement et alors juste après ce mouvement de relâchement , au moment où ce mouvement de relâchement se met en place ...que se passe-t-il ?*

58.C'est là que je commence à percevoir ce mouvement de torsion ...

59. *alors ...je te propose qu'on s'arrête sur cette perception dans Sylvie....qu'est -ce qui te vient en tout premier ...où peut-être même juste avant que cette perception ?.....il y a ce mouvement de relâcher et qu'est ce qui vient en premier ?*

60. *ça ! (geste), la torsion ..*

61. *Le mouvement se manifeste comment ? ...Qu'est-ce qui apparaît en premier ?*

62. *C'est très rapide ...du mouvement de torsion ça devient vite und'une sensation de mouvement ça devient vite un objet, une représentation...une vrille avec deux vissees ou non une visse avec deux toursqui se grippe.....grpppp !*

Là j'évoque une forme de cristallisation de la manifestation du mouvement. On passe de quelque chose de dynamique en quelque chose de statique : un gros objet fini, qui coince. Quand j'entends que la proposition de mon A en V1 ne correspond pas à la CONSIGNE j'apprends que je vrille et que je me grippe ! Ce n'est pas une grande découverte ! Ceci dit à ce moment-là en V3, je mets des mots sur un mécanisme de blocage en lien avec les consignes et mon rapport aux consignes en général (58, 62) ; le mécanisme de la prise de conscience est à l'œuvre : je sais encore mieux que c'est bien ça ! Deux remarques alors. Tout d'abord sur l'efficacité d'une explicitation d'un V1 qui mobilise en V2 puis V3 des exo positions : il y a bien un gain d'informations de ce qui se passe pour moi en V1 et comment je

ne m'accommode pas de la dissonance entre respecter les consignes et ne pas respecter les consignes.

La suite de l'entretien va permettre d'aller plus loin non plus dans la description du V1 et dans le recueil d'informations supplémentaires explicitant plus avant mon fonctionnement en V1 mais dans les pistes ouvertes pour changer cette façon de fonctionner. L'appel à une personne ressource aux pouvoirs attribués par A lui-même sans proposition de B, puis à un mentor déjà croisé dans « la marelle » vont favoriser ce cheminement.

La dernière position proposée par Sandra en V3, une métaposition sur l'ensemble du parcours fait pendant l'entretien avec les différentes exo positions va permettre de ramasser l'ensemble en un tout et faire formaliser la récolte finale N4.

* * *

« *Faites des commentaires de commentaires* » qu'il rajoutait...

Itinéraire d'une commentatrice de protocole...

Sylvie Bonnelle

Et pendant ce temps-là, que se passe-t-il pour moi ? Poussée par qui vous savez, je consens donc à ressaisir l'ensemble de ce que j'ai fait, vécu, découvert pendant le travail sur ce protocole transcrit que je viens de vous présenter. Il m'aura fallu encore cette reprise en V4 pour en apprendre un peu plus... Mais installez-vous, et si vous le voulez, je vous emmène faire un petit voyage dans ma subjectivité après que je l'aie fait moi-même.

A la suite de l'université d'été, j'ai envie de contribuer à la poursuite de la réflexion collective qui y a été engagée. La proposition de Pierre d'explorer des entretiens en tant que A pour alimenter notre recherche actuelle d'exemples vécus me séduit, j'ai le goût de faire cela.

Et ça tombe bien, comme j'ai enfin un démarrage d'année scolaire un peu plus calme, et que je ne passe pas de l'université d'été à la rentrée ESPE sans transition aucune, je me lance.

Le chemin que j'ai suivi en décidant de me lancer dans ce travail ressemble beaucoup à ce que j'ai déjà fait au sein du GREX à chaque fois que j'ai pris la plume. Il y ressemble en son point de départ : envie de contribuer à la réflexion, motivation à explorer des entretiens de Saint Eble, curiosité, goût intellectuel de le faire, impatience à découvrir un résultat... etc... Pourtant cette fois c'est trappu ! Je pressens la complexité à venir, à vouloir examiner les effets et les mécanismes des différentes modalités utilisées dans nos entretiens et ce qui fait que l'on obtient des informations nouvelles.

La transcription se fait assez vite : grand plaisir à voir ce qui s'écrit sous mes yeux au fur et à mesure que je l'entends, au fur et à mesure où la voix de Sandra à la diction si reconnaissable me tient à nouveau agréablement compagnie.

Ce temps ne me coûte pas du tout car il y a une forme de redécouverte accompagnée d'une sorte d'attente curieuse au moment de la mise sur le papier de ce qui s'est vécu quelques jours avant. Pourtant c'est bien de mon vécu qu'il s'agit, mais je sais que je vais déjà en apprendre un peu plus au détour d'une relance que je transcris ou de ma réponse que je tape sur l'écran. Banalité et petit miracle en même temps de la position dissociée de la transcription... Lors de cette première reprise de l'entretien enregistré, je ressaisis une première fois ce qui s'est dit et les déplacements multiples et positions successives occupées pendant le temps de cet entretien me reviennent.

Une fois l'entretien complètement transcrit me voilà « devant ». En gros : un MUR ! *Je ne sais plus trop comment, mais je décide de tenter de mener des commentaires au fil des*

répliques : je m'arrêterai quand quelque chose me viendra, une idée, une réflexion, une description supplémentaire ou une précision à faire, à la lecture. J'ai en tête le court « Commentaire de commentaires... » de Pierre dans le n°106 (enfin le dire comme ça ne me paraît plus tout à fait juste, plutôt ça a « ferré » quelque part en moi et ça va faire son chemin) et la façon dont il a lui-même procédé lorsqu'il a conduit un travail analogue sur un entretien transcrit d'auto explicitation et qui a donné lieu à un article que j'avais trouvé facile à lire ; critère majeur pour moi dans cette forme de présentation de protocoles (Expliciter n°105). Je vais me caler sur cette façon de s'y prendre, je me dis que j'en tirerai bien quelque chose en essayant de faire comme lui ! *Quelque chose se décide en moi quelque part à faire confiance au principe de la reprise écrite*. Bon je ne commente pas ma phrase mais vous voyez bien ce qui se passe encore là !

Je décide de mettre en couleur et en italiques mes commentaires et de les insérer dans le cours du protocole. J'ai aussi fait un tableau à 3 colonnes dans lequel j'insère dans la colonne de gauche: les repères temporels de l'enregistrement, celle du centre comporte le protocole et ses commentaires et celle de droite les positions et déplacements effectués. Le premier jet est bien « pauvre » à mes yeux : j'ai un sentiment affreux d'avoir déjà tout écrit : des bribes de phrases à des endroits bien espacés du protocole qui soit précisent quelque chose que je retrouve et qui n'est pas dit pendant l'entretien ou une amorce de réflexion sur ce qui se passe pour moi, avec tout ce qui tourne dans ma tête à ce moment-là qui ressemble à : « je ne vois pas bien en quoi je peux contribuer à faire avancer quoi que ce soit avec ça... ». Et je claque le couvercle de l'ordinateur. Nous sommes le 15 septembre.

Je rouvre le document le 23 septembre : j'ai relu sans faire de modifications, elles ne sont pas visibles, puisque j'ai décidé de garder trace des reprises successives en les codant à chaque fois différemment. Point mort. Je m'y remets le 27 septembre après avoir échangé avec Pierre sur ma difficulté à avancer. Avant d'envoyer le premier jet, je fais le point : en relisant mes remarques, j'ai le sentiment que je navigue dans les « étages des vécus » de façon désordonnée ... J'ai appris des choses sur mon fonctionnement face à la tyrannie des consignes pour moi, en travaillant sur ce V1 avec Nadine en A, puis en V2 avec Pierre et le Feldenkrais et en reprenant en V3 un moment de ce V2. Mais de nouveau je perds de vue ce que l'on cherche à faire en transcrivant et commentant un V3 qui emboîte un V2 qui emboîte un V1 ...je lance un SOS.

Le 3 octobre PV me renvoie mon texte assorti des questions au fil des répliques et là bien sûr les questions mettent un coup d'accélérateur. Les questions s'intéressent tantôt aux effets produits par des questions de Sandra et non dévoilés dans l'entretien par exemple après S3 « Dommage : pas de question, comment as-tu vécu l'absence de questions ? », soit sur le contenu de ce que je suis en train de décrire en V3. Par exemple juste en-dessous de S2 « Comment as-tu su que c'était à la bonne hauteur ? » ou à la suite de S8 qui est un très long silence : « Que se passe-t-il pendant ce silence ? Aurais-tu aimé avoir une autre question différente ? En tant que B, qu'aurais-tu demandé à Sylvie pour la faire aller plus loin dans la description ? » ou encore en S12 « Pourrais-tu dire autre chose ou plus maintenant ? » Vous devez retrouver ici des questions de l'auto explicitation que chacun pourrait se poser à lui-même à la relecture. Moi j'ai trop le nez dans mon protocole et mes vécus pour y arriver seule. Quoi qu'il en soit ces questions écrites m'invitent à relire ce que j'ai écrit et à prendre le temps de répondre à la question posée. Elles m'invitent aussi à me remémorer mes vécus (V4) encore de façon différente. Parfois elles font « chou blanc » mais d'autres sont « pile poil » et génèrent des informations nouvelles que j'écris à la suite du commentaire initial s'il y en avait un ou bien je crée un nouveau commentaire s'il n'y en avait pas. A ce stade, j'ai laissé tomber le tableau à 3 colonnes et je travaille sur une mise en page classique du protocole.

Ensuite, j'ai eu un grand arrêt dans le travail de reprise, ce n'est que le 2 novembre que je reprends le travail laissé en plan mais je dois ajouter qu'entre-temps je suis une lectrice assidue des billets du blog de PV et de ses articles dans « Expliciter ». *Je sais que ce qui est écrit va entrer en résonance avec ce que je suis en train d'essayer de faire pour contribuer à la réflexion collective.* Celui sur « l'agentivité » me marque (« Agentivité, instances de soi, outils pour la description des micro transitions de vécu dans l'entretien d'explicitation », Blog PV, 15/09/2015). Je rajoute donc des phrases issues des textes lus dans mes commentaires quand elles percutent une idée ou un contenu évoqué en V3 au moment où je lis le billet. A ce stade, les commentaires ressemblent encore à un fatras de choses mises bout à bout qui s'étoffent, avec des réflexions qui s'étaient. On a un bon exemple de cela avec le commentaire du passage n°1.

Les reprises qui vont suivre, je vais les faire seules et je les trouve plus faciles, comme si les commentaires prenaient leur indépendance et se laissaient relire, se laissaient approcher pour en livrer un peu plus. Sensation étrange. A la dernière, je vais aussi mettre en forme pour que vous puissiez lire facilement, j'écris en me décentrant de votre côté et puis parfois je retravaille une formulation, je peaufine quoi, avec une attention permanente à la relation de justesse qui se tisse entre ce que je lis de ce que j'ai écrit et ce que j'ai vécu. C'est très organique.

Quand je poste la dernière mouture, j'ai le nez dans le guidon, incapable de dire ce que j'ai réussi à faire ou pas, avec tout de même un sentiment d'en avoir appris plus sur ce qui se passe pour moi dans le vécu de référence ça oui ! (il vous manque la suite de l'entretien...) donc c.q.f.d. des effets produits par l'utilisation des exo positions, des témoins, des lieux de conscience, des dissociations, pour mieux s'informer. Je flotte un peu avec le sentiment que je n'ai pas fait avancer le « chmicblic » de ce qui nous occupe. Nous sommes le 13 décembre et pourtant le 19 en relisant l'ensemble je lis une autre histoire qui a une musique légère et un goût frais pour moi.

En fait, ce parcours semble m'avoir rendue sensible à une nouvelle catégorie descriptive : celle des instances à l'œuvre dans un moment vécu au-delà du seul « je ». Comme si j'étais capable de repérer plus vite maintenant les instants où d'autres sources de prises de décision sont à l'œuvre, plus fines que le seul « je » conscient qui discrimine si peu ce qui est agissant. Mais je vois aussi que ce parcours est alimenté par une source théorique captée bien en amont du travail de transcription du protocole et que je découvre a posteriori par le travail sur le protocole. Voire même par la dernière écriture qui fait un retour sur le chemin des commentaires du protocole ! La récolte n'est finalement pas **que** là où je l'attendais.

En somme, c'est comme si j'avais pris enfin rendez-vous avec mon potentiel, en quelque sorte il s'est démasqué et je l'apprivoise. Discrimination précieuse qui ouvre à une autre dimension de soi prise dans le sens de « ce qui me déborde » mais qui est agissant.

Extrait retenu de l'entretien avec Sandra (il correspond au début de l'entretien V3)

1. Revenir au moment où tu es dans l'escalier, **où tu te sens déplacée dans l'escalier**.....j'aimerais que tu me décrives les moments importants pour toi dans l'escalier...
2. **Ca me monte**ça me paraissait évident **qu'il faut que je monte** dans l'escalier....bon, ...je m'arrête aux 2/3, en périphérie il y a ...je m'élève au-dessus et à un moment je m'arrête et je me tourne....je suis assez haut, c'est bon ! Je surplombe ...donc il y a cet espèce de mise en abîme visuelheu....voilà.....une fois que je suis là
3. Tu es là**tu montes**...tu es à la bonne place.....
4. Pierre va tourner mon attention vers..... « Et de là..... ».....ce qui est présent c'est le conflit que j'ai en tête à ce moment-là (du V1) , je suis très branchée sur moi...dans la scène en bas là..... ;
5. Et quand tu es branchée sur toi comment c'est ?

32.ben.....c'est comme si je me percevais sous un autre angle...dans une autre....ça me donne la possibilité de me percevoir, de percevoir ...sous une autre forme , sous une autre modalité
33. Tu te donnes la possibilité....est-ce que tu veux bien qu'on reste sur ce moment-là qui te donne la possibilité... ?...est-ce que tu serais d'accord pour qu'on aille voir ce moment-là en mouvement ?...en se déplaçant ?
34. Oui...oui....là ce que tu dis quand « ça me donne la possibilité », ça serait quoi si c'était un mouvement ?
35. non plutôt , tu as parlé de cette consigne(de Pierre) qui arrêta et qui créait une suspension, je te propose d'aller voir ce qui se joue en Sylvie à ce moment – là . Est-ce que tu es d'accord ?
36. Hmm(j'acquiesce)
37. Ce que je te propose c'est de te trouver la position dans l'espace, la posture, l'endroit où tu te sentiras bien pour aller voir ce qui se passe vraiment à l'intérieur de Sylvie à ce moment-là , au moment de suspension....Tout est possible y compris projection en dehors de cet espace qu'on pourra atteindre ..on verra comment, de multiples manières
38. C'est très basse
39. C'est très basse....
40.Là c'est bon (je me suis reculée et je m'accroupis face à là où j'étais)
- 41 Alors je t'invite à prendre le temps de laisser venir à toi ce qui se passe pour Sylvie dans ce moment-là de suspension....
42. Il se passe ça (mouvement de m'allonger sur le côté en position décontractée en appui sur un coude + rires de surprise), si c'était un mouvement ça serait un peu ça, c'est-à-dire une espèce de
43. Il se passe ça....
- 44 ça rentre dans un espace où c'est lascif...un peu tu voisdu coup ça écarte le ...quand je t'ai dit ça comprime, ça maintient, du coup la conséquence c'est ah... (allongement lascif).....c'est ça le lâcher peut-être....pour moi c'est une position de relâchement ...
45. Oui une posture de relâchement...oui
46. C'est biensi c'était un geste, ça fait ça ...
47. Et tu me décrivais un mouvement de relâcher.....
48. ; ben c'est comme si ça passait d'une posture tendue à ça qui est poufffff.....en fait si je l'image par un mouvement : de debout un peu crispée à passage au sol sur la moquette et voilà
43. Il se passe ça....
- 44 ça rentre dans un espace où c'est lascif...un peu tu voisdu coup ça écarte le ...quand je t'ai dit ça comprime, ça maintient, du coup la conséquence c'est ah... (allongement lascif).....c'est ça le lâcher peut-être....pour moi c'est une position de relâchement ...
45. Oui une posture de relâchement...oui
46. C'est biensi c'était un geste, ça fait ça ...
47. Et tu me décrivais un mouvement de relâcher.....
48. ; ben c'est comme si ça passait d'une posture tendue à ça qui est poufffff.....en fait si je l'image par un mouvement : de debout un peu crispée à passage au sol sur la moquette et voilà
49. Est-ce que tu serais d'accord pour prendre une autre position pour essayer de voir si tu peux nous décrire en mots , d'une autre façon ce qui se joue à ce moment- là ?...Ou peut-être ce qui se joue juste après que ce mouvement de relâcher se soit installé ?
- Prends ton temps.....pour voir quel espace t'attire ?....quelle posture te semble juste....pour aller voir ce qui se passe à l'intérieur de Sylvie au moment de ce relâchement ou peut-être juste que ce mouvement s'initie.....
-
- Long temps d'arrêt (je ne sais pas si j'ai bougé)
50. Justement c'est le fait d'avoir ce passage... qui fait que doucement j'accède ...j'accède(en V2)sur un autre mode à ce qui se passe dans le vécu de référence....donc ...c'est là oùça m'arrive sous un.... mouvement de torsion, le mouvement de torsion m'arrive...ça monte du sol

51. Donc tu es dans une posture droite....

52. Si je l'image, ...si je la métaphorise...ouiune posture psychique.....qui est occupée, qui a le conflit qui fait chier...(V1) et les mots, la consigne de Pierre...hop ! font ce que je viens de te décrire làcet... de libérer de l'espace, de pousser ça, de le contenir avec une métaphore de mouvement d'une position un peu tendue debout à pouffff...donc ça libère l'espace, je m'allonge, je me détends,

53. Qu'est-ce qui se passe dans ton corps au moment où tu as cette métaphore de mouvement...est-ce que tu peux....prends le temps de t'arrêter la- dessus.....qu'est-ce qui se passe pour Sylvie dans l'escalier, ...dans son corps ?

54. Alors sur l'escalier heu pffff....

55. Où elle entend la consigne

56. Je suis plus sur l'escalier quoi ...c'est vraiment...je suis descendue...je suis repassée.... je suis repassée dans le.....ça se passe pas la hautça se passe parce que je redescends ...en bas...je suis au contact du vécu de référence....quand la consigne me parvient en haut de l'escalier j'ai déjà bougé, j'ai ...d'espace-temps et quand ma perception se fait des mots j'ai vraiment le sentiment que c'est plutôt celle qui est en bas qui....je suis désincarnée du hautje suis là-haut mais c'est pas terrestre là-haut, c'est celle qui est en bas qui est active....

57. Celle qui est en bas sent cette sorte de mouvement de relâchement et alors juste après ce mouvement de relâchement , au moment où ce mouvement de relâchement se met en place ...que se passe-t-il ?

58.....C'est là que je commence à percevoir ce mouvement de torsion ...

59. alors ...je te propose qu'on s'arrête sur cette perception dans Sylvie....qu'est -ce qui te vient en tout premier ...où peut-être même juste avant que cette perception ?.....il y a ce mouvement de relâcher et qu'est ce qui vient en premier ?

60. ça ! (geste), la torsion ..

61. Le mouvement se manifeste comment ? ...Qu'est-ce qui apparait en premier ?

62. C'est très rapide ...du mouvement de torsion ça devient vite und'une sensation de mouvement ça devient vite un objet, une représentation...une vrille avec deux visse ou non une visse avec deux toursqui se grippe.....grpppp !

..../.....