

Notes sur la compréhension des « dissociés »

Inverser le raisonnement théorique

Pierre Vermersch

Dans la technique de l'entretien d'explicitation, ce que nous appelons maintenant « mettre en place un dissocié », consiste à demander à l'interviewé (A1) d'imaginer qu'il peut créer un ou plusieurs autre lui-même (noté dans le texte A_i , $i= 1, 2, 3, \dots, n$; c'est-à-dire A2 pour le premier dissocié, puis A3, etc.) qui serait placé quelque part autour de lui, plus ou moins loin (c'est A1 qui va le déterminer) et de telle manière qu'à cette position, elle lui permette de prendre des informations sur ce qui se passe soit dans le présent de l'entretien (V2), soit dans le passé du vécu de référence (V1). Informations dont il ne dispose pas dans la position actuelle (soit par absence, ou indicible, confusion, blocage). Nous avons découvert que s'imaginer créer un autre moi (un dissocié) et le faire parler, l'écouter, le questionner, était source d'informations nouvelles, source de réponses là où il n'y en avait pas, source de clarifications là où tout semblait inextricable et confus. Ça, c'est ce que nous savons faire. Bien entendu il faut rappeler que nous ne l'avons pas inventé, et que beaucoup d'entre nous l'ont appris et découvert des techniques de PNL développées en particulier par Dilts (les fameuses « Stratégies des génies (Dilts 1994; Dilts 1994; Dilts 1995; Dilts 1996)) ou dans d'autres techniques. Mais un savoir faire n'est pas une compréhension de ce que l'on fait – même de façon experte –, et le propre du mouvement qui a créé ces techniques est d'être totalement inintéressé par la théorie qui pourrait en rendre compte.

De quoi faudrait-il rendre compte alors ?

1/ de l'effet de la spatialisation, pourquoi le fait de s'imaginer à une autre place permettrait-il de découvrir de nouvelles informations sur mon vécu ?

2/ de la multiplicité des moi, qu'est-ce qui permet de penser que cette dissociation soit psychologiquement possible, concevable ?

3/ du sentiment d'autonomie d'un dissocié, pourquoi ce que décrit un de mes dissociés se donne-t-il à moi comme s'il venait d'une parole autonome, que je découvre, que je ne contrôle pas, qui m'apprend des choses sur moi-même ?

Ces notes –exploratoires– essaient de proposer des pistes pour passer de « c'est- stupéfiant », à c'est juste « naturel quoique inhabituel » ...

1/ L'efficacité de la position spatiale

Nous avons découvert à travers la pratique, que la position (au sens de représentation spatiale) du dissocié (A_i) avait une grande efficacité. Que si A_i était positionné trop près de A1, alors A1 continuait à contrôler et il n'y avait pas de vraie dissociation ; alors qu'en prenant le temps d'éloigner suffisamment le A_i , de le positionner en explorant toutes les possibilités de l'espace : devant derrière, sur le côté, plus ou moins à droite ou à gauche, au même niveau, plus haut ou plus bas ; alors le dissocié donnait des informations neuves, intéressantes.

Je trouvais que c'était scandaleux au plan cognitif que le fait de se représenter (puisque le dissocié ne se déplace pas forcément, et que même il choisit quelque fois des positions qu'il serait bien en peine d'occuper réellement) un de mes moi dans une position particulière ait le même genre d'efficacité que le changement de position réel, comme on peut le constater en photo suivant le lieu où l'on est on n'aperçoit pas la même chose, ce qui était caché se montre,

et l'inverse. J'avais l'impression que j'étais en train de faire une grosse erreur de raisonnement, qui consistait à prendre une activité imaginée comme identique à une activité réelle, comme si je traitais une métaphore comme plus qu'une métaphore.

Mais si je prends les choses à l'envers, c'est beaucoup moins exotique ou incroyable.

Il est facile de se convaincre qu'un déplacement spatial matériel modifie mon point de vue. Mais dans la pratique d'un dessinateur industriel par exemple, il est facile, sans bouger, de se représenter ce que l'on voit quand on se place à droite (vue de droite), au dessus, où qu'on s'imagine couper l'objet dessiné et se représenter la vue selon la coupe A-A. (Edison paraît-il visualisait tellement bien les pièces mécaniques en mouvement qu'ils pouvaient en visualiser l'usure dans le futur au fur et à mesure de leur fonctionnement). Nous avons donc les moyens cognitifs de nous imaginer un point de vue, sans pour autant nous déplacer physiquement, mais juste en nous représentant ce que l'on doit percevoir depuis ce point de vue. Il est clair que nous pouvons facilement nous représenter que nous nous voyons (rappel en position dissociée, ou je me vois dans la situation, la modalité visuelle permet facilement ce genre de résultat).

Donc j'irais dans le sens d'une justification de la transposition qui passe des effets du visuel perçu, au visuel d'objets imaginés, au visuel de personnes (moi ou d'autres) y compris ce qui se passe à l'intérieur et qui est non visible. Finalement nous exploiterions une possibilité naturelle quoique inhabituelle dans cet usage ?

2/ La possibilité de la multiplicité des moi

Dans un mouvement direct de réflexion, partant de l'incompréhension : comment est-il possible de créer ainsi à volonté des « dissociés » ? Quel statut psychologique ont ces dissociés ? Je les installe, je les positionne, mais qu'est-ce qui permet de comprendre cette activité (d'autant plus qu'elle est fructueuse, créative, utile, pertinente) ? Bref. Par ce chemin de pensée je bute dans un mur d'inintelligibilité.

Pourquoi ? Parce qu'implicitement j'oppose une unité égoïque postulée à une (des) dissociations.

Partons dans l'autre sens, depuis l'origine. Mes co-identités se sont construites toutes seules, passivement, sans ma volonté de créer et de cristalliser une co-identité. Je veux dire qu'avec les propriétés des co-identités "culturellement et passivement construite", on voit qu'elles existent distinctement l'une de l'autre (relativement) et que je ne deviens conscient de cette multiplicité, involontairement par des situations conflictuelles *imprévues* et provocantes, ou bien volontairement, par l'exécution d'exercices (volonté de l'autre, par la transmission sociale) qui me demandent de rendre présent une co-i qui n'est pourtant pas disponible en réponse à la situation présente (comme dans la fertilisation croisée et la recherche d'une co-i qui est une ressource, mais je pourrais aussi bien non pas rechercher une co-i existante mais en créer une comme nous le faisons avec la technique des dissociés).

L'examen de la réalité montre que c'est donc possible en moi, mon cerveau s'y retrouve, il passe -métaphoriquement- d'un centre identitaire à un autre, facilement, le cloisonnement des répertoires de réponses, des changements de croyances, des modifications posturales et gestuelles, des filtres perceptifs est spontanément très facilement géré la plupart du temps, C'est donc normalement possible, je suis cérébralement construit pour disposer de cette multiplicité, et le vrai travail est plutôt de les rapprocher, de les faire se (re) connaître mutuellement.

➔ Si je constate que c'est possible, cela veut dire que nous avons la capacité fonctionnelle de la dissociation, et que sans intervention de ma part pour me réunifier, je suis naturellement multiple et dissocié, tout en ayant un sentiment fort et une connaissance conceptuelle que c'est toujours le même moi, ce qui est une demi vérité, mais très bien installée,

- ⇒ Si dans le principe c'est possible, alors c'est possible, fonctionnellement il n'y a pas d'obstacle de principe à demander à mon cerveau de gérer des positions multiples de moi,

La question théorique est déplacée vers la capacité du cerveau de créer et de gérer des positions égoïques multiples, à moins que ce ne soit l'inverse, comment arrive-t-il à engendrer une position égoïque unique, au sens d'unification des sous multiples ?

En fait les dissociations pathologiques neurologiques engendrées par la séparation des deux lobes ou la perte localisée de tel ou telle noyau fonctionnel, montre que le fonctionnement cognitif n'est unitaire que lorsque tout va bien, et que le travail de synthèse permanent est tout simplement invisible et donne pour acquit l'unité d'un sujet, alors que cela repose par exemple sur l'intégrité des modules qui assurent la distinction moi/non moi ; sur l'intégrité des limites corporelles ; sur la coordination des données visuelles et auditives etc.

Cette multiplicité égoïque spontanée se laisse apercevoir différemment, suivant :

- que je me dédouble (témoin, observateur interne, observateur externe de moi) ; en même temps, ça reste quand même une merveille neurologique, j'ai la capacité de me suivre en temps réel, miracle de la réflexivité,
- que je réalise que je suis divisé entre des co identités qui se mettent en présence ; c'est le cas basique, genèse passive de la cristallisation de co-identités professionnelles, relationnelles,
- que je crée un nouveau pôle égoïque comme nous le faisons
 - volontairement par la technique des dissociés,
 - et encore comme la vie nous amène à le faire passivement lorsque nous arrivons dans un nouveau milieu, dans une nouvelle pratique, dans un changement de vie.

Au total, la possibilité des « dissociés » est très inhabituelle (elle n'est pas culturellement courante) et tout à fait normale et naturelle, puisqu'elle exploite des possibilités qui sont attestées tout au long de notre vie. Le caractère « devenant habituel » de cette dissociation, tient simplement au fait qu'il existe maintenant des micro-mondes qui la pratique et l'explorent.

3/ Le sentiment d'autonomie de la parole du dissocié.

L'expérience de l'autonomie du dissocié paraît surprenante, tout se passe comme si le moi qui est dissocié (A1), s'exprime en son propre nom et de sa propre autorité ; et du coup ce dissocié dit des choses que « JE » (c'est-à-dire : A1) ne connaissait pas, ou dit des choses là où précisément « JE » (A1) était bloqué, confus, arrêté et où « JE » n'avait rien à dire ou bien « JE » ne pouvait rien dire. Cette expérience de l'autonomie s'oppose assez clairement aux situations où le dissocié est perçu comme contrôlé par le A1, parce que trop près, ou parce que A1 ne croit pas à la possibilité de vivre une dissociation et par là en contrôle l'advenue (c'est-à-dire l'empêche).

Le processus qui conduit au sentiment d'autonomie du Ai s'opère selon diverses variantes, attestées par plusieurs d'entre nous et dont nous pouvons avoir pu prendre conscience grâce au rapprochement d'exemples vécus contrastés (merci Maryse, pour l'échange téléphonique sur ce point) : soit qu'il y ait en même temps mise en sommeil, « mort », disparition de A1 comme s'il était désinvesti et que c'est le Ai qui prend l'identité principale (je ne suis pas très sûr de cette formulation) ; soit que simplement A1 écoute et questionne le Ai comme si ce dernier était un autre que soi. Nous avons commencé à décrire la transition depuis le A1 à la position du Ai, mais beaucoup de travail reste à faire pour décrire plus finement ce processus. Ce sentiment d'autonomisation du Ai, me paraissait un « scandale cognitif » de plus, mais je me rends compte qu'il faut –là encore– inverser le raisonnement.

Il n'y a scandale, que si mon présupposé est que « JE » est au courant de tout, maîtrise tout en permanence. Sur le fond de ce présupposé, l'autonomisation du Ai est une contradiction flagrante, une impossibilité ! En revanche, si, comme nous l'a montré la conscience en acte, le domaine du pré réfléchi, le domaine de la création de sens et l'émergence incontrôlée ; si, nous admettons que « JE » *n'est que* le centre de l'activité cognitive réflexivement consciente, donc une petite province de moi, alors le fait que du sens puisse se donner comme à la fois, extérieur à moi et venant de moi, n'est que la manifestation normale et inhabituelle du fait que ce qui peut s'exprimer de moi est bien plus vaste que ce que le « JE » croit savoir.

D'ailleurs si le « JE » ne cède pas, ne lâche pas le contrôle qui inhibe l'émergence du sens, si je ne m'ouvre pas aux possibles qui sont contenus en moi (cf. le contraste de l'expérience d'Armelle n°92, quand elle se contente de jouer le jeu et quand elle accepte vraiment de faire l'expérience), alors il n'y a pas d'expérience d'autonomisation et pas d'informations nouvelles qui apparaissent à travers l'expression de Ai.

L'expérience de l'autonomisation du dissocié, au lieu d'être le signe d'un « miracle » incompréhensible, peut s'interpréter comme la manifestation normale de possibilités d'émergence de sens qui simplement débordent la conviction fortement ancrée en nous de la toute puissance de la conscience réfléchie, alors que nous sommes tellement plus que cela. En revanche, l'étonnement de vivre cette expérience, d'en découvrir la fécondité et l'ouverture qu'elle offre pour développer l'explicitation des vécus, est le reflet du caractère inhabituel de se traiter soi-même de cette manière. Encore faut-il avoir l'idée d'en solliciter la possibilité, et de créer les conditions adaptées pour le faire avec succès. Il me semble que c'est un fait remarquable des apports liés au développement des métiers et des pratiques liés au « soin de soi » que de faire découvrir les propriétés normales du sujet par leur expansion dans des propositions de dispositifs, d'exercices (donc par la transmission sociale). Cette expansion, par son caractère inhabituel, se donne d'abord comme incompréhensible, mais à y regarder de plus près, elle n'est vraiment qu'une expansion du normal, et ce qu'elle nous demande c'est de reconsidérer notre perception et notre compréhension habituelles des limites de notre esprit.

Au total, ce dont nous avons vraiment besoin pour rendre compte de la mise en place des dissociés dans la pratique de l'entretien d'explicitation c'est de recueillir et de transcrire des protocoles qui l'utilise, mais aussi de développer des entretiens en V3 qui décrivent le vécu de mettre en place un dissocié, de dialoguer avec, de refermer la situation pour réunifier les Ai.

Dilts, R. (1994). Strategies of genius : vol 1 Aristotle Sherlock Holmes Walt Disney Mozart. Capitola, Meta publications.

Dilts, R. (1994). Strategies of genius : volume 2 : A Einstein. Capitola, Meta Publications.

Dilts, R. (1995). Strategies of genius III Freud Tesla Vinci. Capitola, Meta Publication.

Dilts, R. (1996). Aristote et Einstein stratégies du génie. Paris, La Méridienne.