

# *Expliciter* n° 69 mars 2007

---

## *Bases de l'auto-explicitation (1)*

*Pierre Vermersch*, CNRS, GREX.

### *Introduction*

Pour présenter les bases de l'auto-explicitation, je ne vois pas d'autre fil d'intelligibilité que de commencer par revenir sur ce qui a motivé la conception et l'emploi de l'entretien d'explicitation comme réponse à des limitations méthodologiques que je souhaitais dépasser. Puis de montrer par dérivations successives comment l'explicitation peut être visée sans l'entretien : comment d'une centration sur l'outil (l'aide à l'explicitation) je passais à une centration sur les objets d'étude qui devenaient accessibles grâce à cet outil. Et comment alors, la prise en compte de l'introspection et de la phénoménologie me devenait nécessaire. Mais aussi, comment il est clairement apparu que ni le terme d'introspection ni celui de phénoménologie n'étaient adéquats pour désigner le nouvel outil qu'est l'auto-explicitation. Et enfin, comment cet élargissement théorique me permettait de revenir sur les outils, puisque le fait même d'explicitation devenait à la fois un objet d'étude et un outil éclairé par sa phénoménologie. L'auto-explicitation était alors (provisoirement) le dernier pas de ma démarche de recherche à la fois comme méthode et comme objet, même s'il me faut encore découvrir et mesurer tout le potentiel d'innovation qu'elle représente.

### *A / Première partie.*

*Cheminements : de l'entretien d'explicitation à l'auto-explicitation.*

*A-1 Dépasser les limites méthodologiques : des observables aux verbalisations.*

Le développement de l'entretien d'explicitation a répondu à plusieurs besoins, essentiellement de nature méthodologique, mais aussi épistémologique pour me permettre de viser des objets de recherche dont une partie était liée à la subjectivité cognitive et donc inobservable.

Dans les années 70, travaillant principalement sur la résolution de problème et l'étude de l'intelligence adulte dans ses capacités d'adaptation (à l'époque c'était le grand thème à la mode, tout le monde ou presque étudiait la résolution de problème), j'avais le souci de travailler avec des données plus riches que la réussite/échec ou le temps de résolution, indicateurs qui me paraissaient très insuffisants pour saisir le fonctionnement de l'intelligence.

- Utiliser des enregistrements vidéos.

Ma première réponse à cette insuffisance a été de suivre le déroulement de l'action plutôt que le seul résultat final ou la durée, de façon à comprendre par quelles étapes, par quelles opérations le sujet passait pour arriver au résultat, permettant ainsi une bien meilleure intelligibilité du processus cognitif. Pour docu-

menter ce déroulement j'ai choisi d'étudier une tâche fournissant de nombreux observables et donc la possibilité de suivre l'action par ses manifestations comportementales. Pour aller plus loin que ce que l'on connaissait déjà en matière d'indicateurs comportementaux, j'ai utilisé des enregistrements vidéos de façon à ne pas être dépendant de ma seule habileté d'observateur et me permettre de découvrir *a posteriori* ce qu'il y avait d'intéressant dans ces enregistrements. Mon programme de recherche se voulait exploratoire. Ce faisant, en plus d'obtenir le déroulement de l'action, j'avais accès, après d'innombrables visionnements de ces images et un long travail de transcription, à des indicateurs inédits. À l'époque un de mes slogans était "Je veux inventer de nouveaux observables". Inventer<sup>1</sup> au sens où j'espérais découvrir dans l'examen des bandes vidéos des observables qui allaient me permettre d'aller plus loin dans l'interprétation de la conduite, de découvrir des détails que seul le visionnement répété des vidéos permettrait de distinguer, en même temps que leur valeur interprétative serait découverte ou révélée. C'est ce que j'ai accompli dans ma thèse sur "L'apprentissage du réglage de l'oscilloscope cathodique" (Vermersch 1976) pour n'en retenir que la partie du titre portant sur la situation étudiée, et qui a été publié dans plusieurs articles (Vermersch 1974; Vermersch 1975; Vermersch 1976).

Mais cette première amélioration basée sur la continuité du recueil de données grâce à la vidéo avait encore des limites que je souhaitais derechef dépasser. Par exemple, pouvoir étudier des tâches plus mentales et produisant peu ou pas d'observables, comme le sont entre autres les activités de mémorisation. De plus, je me rendais bien compte que pour pouvoir étudier plus complètement le "fonctionnement cognitif" il fallait pouvoir étudier la "pensée privée", caractérisée par le fait qu'elle n'est pas observable.

Je reviens sur ces deux points.

- Pouvoir étudier des tâches pauvres en observables.

Réaliser des recherches à partir des observables en les enregistrant n'était possible que sur des tâches qui s'y prêtaient parce que leur exécution produisait des modifications perceptibles, comme des déplacements, des gestes, des

mimiques, des paroles, des directions de regard ou, du côté du support : des changements de position, d'affichage, de texture, d'état de la matière, etc. J'étais donc limité dans mes recherches à celles qui présentaient naturellement de nombreux observables. Ainsi, le travail sur un appareil comme l'oscilloscope se traduisait en permanence par des gestes différenciés sur les boutons, gestes faciles à observer et à enregistrer. Cela me permettait d'inférer facilement la connaissance des propriétés des fonctions de ces boutons que le sujet maîtrisait : comprendre une fonction, c'est utiliser de façon correcte le bouton qui la règle ; utiliser correctement un bouton de réglage, c'est donc manifester que l'on comprend la fonction qui est réglée par ce bouton. On peut ainsi inférer la présence et la nature des opérations intellectuelles mobilisées en amont et pendant la manipulation. Mais, par exemple, il n'est pas possible d'étudier l'activité de calcul mental de cette manière puisque les observables qui pourraient nous informer des activités intellectuelles privées (au sens de "non observable directement") sont pauvres, voire absents. Si je voulais étudier l'activité du sujet dans des tâches autres que celles qui sont naturellement riches en indicateurs comportementaux manifestes et donc observables, il me fallait pallier le déficit en modifiant la tâche pour amplifier les observables ou en accroître le nombre. C'est ce que j'ai fait, par exemple, dans le repérage de la position d'un photographe à partir de photos prises de deux versants opposés d'une vallée de montagne (Vermersch, Sejourant et al. 1978). Mais quand cette recherche d'amplification des observables étaient insuffisante ou impossible, il fallait bien alors trouver une méthode pour accéder à ce qui restait inobservable. Or cet inobservable n'est ainsi nommé que relativement à un observateur extérieur ; en revanche, il est potentiellement perceptible (aperceptible en fait) par celui qui le vit<sup>2</sup>, ce qui constitue le point de vue en première personne au sens large (Vermersch 2002). Mais au final, le chercheur ne peut être

<sup>2</sup> Je ne développe ici la discussion sur la délimitation entre ce qui est potentiellement observable (en fait aussi conscientisable) et ce qui est du domaine sub-personnel, qui ne peut en tant que tel faire l'objet d'une prise de conscience directe (fonctionnement organique inaccessible par exemple, même s'il est perceptible dans ses effets).

<sup>1</sup> "Inventer", comme on le dit pour l'invention d'un trésor, ou d'une découverte archéologique.

informé de ce vécu aperçu que par son expression. Expression qui peut prendre la forme de verbalisations, mais qui peut aussi se faire suivant d'autres modes comme le symbole, le dessin, la danse, le mime, le chant muet etc. Pour la recherche cependant, ces modes de sémiotisation devront toujours tôt ou tard être retraduits en langage.

- Etudier la "pensée privée".

Je voulais pouvoir prendre en compte le point de vue de celui qui avait vécu l'activité (point de vue en seconde personne), enrichir les données par ce dont il pouvait témoigner de ses prises d'information et de la conduite de ses actes cognitifs. Cette visée de l'inobservable ouvrait en fait à toute la dimension privée de l'activité cognitive, elle inaugurerait une saisie possible de la subjectivité suivant celui qui la vit. Vaste perspective. Pour viser directement cet inobservable, un seul moyen, recueillir le témoignage de celui qui a vécu la situation et, pour cela, lui demander de verbaliser son vécu. À ce moment, je ne concevais pas de procéder autrement que par entretien, conservant ainsi l'extériorité du chercheur par rapport à son informateur, *le chercheur restant dans le rôle de celui qui recueille des données d'un autre que lui. De là est née une technique d'entretien : l'entretien d'explicitation.*

Mon souci initial d'enrichir les données se poursuivait, je passais d'un enrichissement par la multiplication des observables, grâce à la vidéo, au recueil de nouvelles informations verbalisées par celui qui les avait vécues et qui permettaient de s'informer de l'inobservable<sup>1</sup>. Mais, de plus, de nouveaux objets de recherche se dévoilaient et devenaient accessibles, ou bien se dévoilaient par le fait qu'ils devenaient accessibles.

*A-2 Nouveaux objets de recherche : la pensée privée.*

Je fais donc un premier revirement dans mon écriture, je passe du point de vue de la méthode à celui des objets qu'elle permet de viser et d'atteindre. Je disais, en réponse à certaines questions, que l'entretien d'explicitation n'était rien en comparaison de ce qu'il permettait d'atteindre. Dans un langage métaphorique, "que je voulais construire l'escabeau qui me permettrait d'attraper les confitures" ; si l'escabeau était clairement l'entretien d'explicitation, quelles étaient les confitures ?

À cette époque je formulais ma réponse comme relevant essentiellement du domaine de la pensée privée, privée par opposition à pu-

blic, privée parce que dissimulée et donc non observable, et par conséquent accessible directement seulement par celui qui la vit. C'est une formulation que je n'ai pas vraiment investie. À l'heure actuelle, j'abandonnerais le terme de "pensée" qui me paraît bien trop restrictif au regard de tout ce que l'on peut étudier, et "privé" n'est plus la qualification essentielle même si de fait cette caractérisation demeure. Je lui substituerai le qualificatif de "phénoménologique" ou, de façon plus neutre, de "phénoménal", au sens de ce qui apparaît au sujet, sans préjuger du fait qu'il s'agit d'une approche philosophique ou psychologique. Mais à cette époque, je ne maîtrisais pas assez clairement la phénoménologie pour m'exprimer ainsi. Comme je ne possédais pas encore la distinction entre acte et contenu (noèse et noème pour le dire en langage phénoménologique), j'imaginai les nouveaux possibles essentiellement comme des suppléments de détails : par exemple, pouvoir accéder aux micro-opérations et aux moindres nuances du processus intellectuel mobilisé. La recherche sur la résolution de problème effectuée à Nice par le groupe GECO me paraît être une très bonne illustration de cette orientation (Ancillotti and Morel 1994). Mais j'avais aussi le souci de m'intéresser à des aspects de la cognition que la psychologie cognitive avait renoncé à prendre en compte, et tout particulièrement les modalités et sous-modalités sensorielles dans lesquelles les contenus intellectuels étaient représentés. J'ai appelé ces aspects les "signifiants internes", et l'étude sur la mémorisation des partitions chez les pianistes (Vermersch 1993; Vermersch and Arbeau 1997; Vermersch 1998) en est l'exemple paradigmatique. Le premier article sur ce thème s'intitulait "Pensée privée et représentation pour l'action", ce qui illustre bien mes préoccupations de l'époque.

Cependant, je me rendais bien compte que ces différentes ouvertures étaient encore trop limitées (eh oui !), qu'il y avait tout une psychologie à construire sur la base d'une approche subjective s'informant auprès du sujet de ce qu'il a vécu. J'avais conscience qu'il me fallait trouver de l'aide, repérer des travaux déjà existants qui m'apporteraient des résultats, des méthodes, et m'aideraient à élargir les questions et objets de recherche.

Où trouver de telles aides ? Dans quelles disciplines ? Auprès de quels auteurs ? Dans quelle époque ?

- Si je me tournais vers la psychologie expéri-

mentale ou la psychologie de la résolution de problème dont elle dérive, il était clair que je ne pouvais attendre aucune aide puisque le principe même de ces approches était d'évacuer la subjectivité pour - au mieux - la reconstruire suivant le point de vue du chercheur. Les données devaient toujours être comportementales, publiques, ou produites par des enregistreurs physiologiques et progressivement de plus en plus souvent neurologiques. Je me trouvais donc sans ressources directes qui seraient issues de ma propre discipline d'origine.

- On aurait pu croire que voulant aller vers la prise en compte de la subjectivité, les données cliniques, psychopathologiques, psychiatriques, psychothérapeutiques, psychanalytiques auraient pu être une source d'inspiration, d'autant plus qu'entre temps, j'avais acquis moi-même une formation de psychothérapeute. Mais, précisément, je savais bien que toutes ces données étaient prises dans la gangue de la pathologie et que les chercheurs/praticiens se posaient des questions qui étaient très loin de mes préoccupations de chercheur sur la pensée normale, professionnelle, habituelle. Tout au plus avais-je aperçu l'intérêt de certaines œuvres prises dans le grand projet du 20<sup>ème</sup> siècle du développement d'une approche comparative (entre l'adulte et l'enfant, le malade et le bien portant, l'homme et l'animal, entre les différentes cultures) comme celles de Jackson, Janet, Ombredane, Delay, Luria, plus tard Anzieu ou Schmid-Kitsikis. Mais la distance à franchir pour revenir vers mes centres d'intérêt me paraissait (trop) grande et ce que j'en retirais relevait plutôt de l'inspiration, de grands principes, certes très utiles mais ne m'aidant pas à préciser de nouveaux objets de recherche ou ne m'apportant pas de résultats de recherche réexploitables.

- Une autre piste m'était apparue pleine d'espoir, puisqu'il s'agissait d'une démarche très proche de la mienne dans le principe ; elle concernait tous les travaux du début du 20<sup>ème</sup> siècle (largement oubliés depuis) relevant de "l'introspection expérimentale" (Vermersch 1998) : Binet ou Burloud en France, toute l'école de Würzburg en Allemagne ou Titchener aux Etats-Unis. J'avais aussi pris connaissance de tous les grands traités de psychologie de l'époque, dont l'exemple le plus intéressant est celui de James, mais pas seulement. J'avais consacré beaucoup de temps à me procurer les textes de cette période, qui n'étaient pas facilement accessibles (voir sur le site expliciter.fr

où quelques uns sont maintenant téléchargeables). Heureusement, une partie importante des travaux allemands avait fait l'objet d'une synthèse en français par Burloud (Burloud 1927), et plusieurs traductions partielles en anglais étaient disponibles (Mandler and Mandler 1964) (Humphrey 1951). Mais au bout du compte, leurs objets de recherche m'inspiraient peu, les chercheurs étant pris dans les préoccupations de la psychologie débutante du début du 20<sup>ème</sup> siècle, qui concernaient l'existence d'une pensée avec ou sans image, le jugement, etc. Au moment où je découvris ces textes, je ne sus pas faire grand-chose de leur contenu thématique. Plus tard, le concept de "sentiment intellectuel" par exemple m'a paru précieux ; ou bien, précisément, le thème de la pensée avec et sans image, qui rejoindrait bien maintenant le thème des modes de figuration des généralités qu'elles soient abstraites (comme des concepts), temporelles (les périodes et autres empan temporels dépassant la durée d'un présent vivant), ou complexes. Mais, sur le moment, je fus déçu et ne m'intéressais à ces travaux que sous l'angle de la position épistémologique qu'ils occupaient et défendaient. Je reviendrai plus loin sur ce dernier point ; dans ce paragraphe, je reste centré sur les objets de recherche et les résultats qui auraient pu me conforter dans ma démarche.

- Finalement, ce qui m'apparaissait le plus prometteur était la phénoménologie de Husserl. Certes, il s'agissait d'un travail de philosophie, excluant *a priori* toute démarche de recueil de données empiriques. Mais ce que j'en connaissais alors me le faisait percevoir comme une psychologie descriptive, basée sur la description et l'analyse d'exemples vécus et mobilisant une méthode d'accès à ces vécus, une méthode de description, un langage technique innovant permettant de désigner les propriétés de ces vécus. Bref, il me semblait qu'il fallait approfondir cette œuvre ou, tout autant, je pourrais dire que cette œuvre m'appelait fortement.

En réalité, rétrospectivement, je vois qu'à ce point de départ je n'y connaissais rien ; toutes les confusions, je les ai faites, toutes les erreurs d'interprétation, je m'y suis vautré sans retenue aucune. Je découvris lentement que le principe même de la réduction transcendantale s'opposait par essence à toute naturalisation ; or, ma démarche était naturalisante. Que la prise en compte d'exemples de vécu était, certes, partout présente chez Husserl, mais de façon vague, souvent incompréhensible parce qu'insuf-

fisamment documentée et donc, selon mes critères, très loin de mon exigence de précision et de délimitation du singulier. Et que, même, les exemples n'étaient pas là comme vécus singuliers, mais comme exemples quelconques que l'on aurait pu tout aussi bien se contenter d'imaginer. "Un exemple" en phénoménologie, me disaient les philosophes que je côtoyais, n'avait pas plus d'importance que le fait de prendre en géométrie "un triangle quelconque" : ce n'étaient pas les propriétés de ce triangle-là, dessiné au tableau, qui étaient importantes, mais le fait que ce triangle soit porteur des propriétés de tous les triangles. Alors que ma croyance épistémologique (qui demeure ferme et constante) portait sur le fait que prendre un exemple était la condition pour découvrir des choses que l'on ne connaissait pas encore et que cela permettait d'**établir** ces propriétés comme existantes, au moins dans les limites de validation de l'analyse d'un cas. Les philosophes ont emboîté le pas au Husserl mathématicien de formation qui ne s'attend pas à découvrir dans le monde des choses qu'il n'aurait pas déjà pensées. Dans cette perspective, il suffit de penser les possibles pour les discerner et les connaître en totalité ; il est donc inutile d'interroger le réel ! Or, toutes les recherches empiriques montrent que la réalité dépasse sans cesse la fiction, déborde toujours largement ce que nous étions capable d'imaginer, d'anticiper. Dans ce cadre, chaque "triangle" doit être décrit et examiné soigneusement pour savoir s'il ne va pas nous apprendre quelque chose de nouveau que les autres ne nous ont pas appris. Mais on voit bien qu'un triangle et un vécu ne sont pas des objets qui s'abordent de la même manière. En réalité, en psychologie, être capable d'identifier telle situation, tel événement, comme "un triangle" est déjà un aboutissement important qui manifeste l'identification d'un type, d'un invariant.

De plus, j'ai découvert à quel point la position de Husserl était profondément hostile à tout rapprochement entre son travail philosophique et la psychologie (Husserl 1959; Vermersch 1998; Flajoliet 2006), ce que je précisément je faisais !

Quelques années plus tard, ayant compris toute l'originalité et la spécificité de la position épistémologique de Husserl, je me suis défini comme psycho-phénoménologue (pour laisser à la phénoménologie son identité philosophique propre, je garde la référence à la psychologie), empruntant à la phénoménologie ce en

quoi elle pouvait être aussi, selon ma lecture, une contribution à l'élaboration d'une psychologie de l'expérience subjective. À partir de là, il est devenu de plus en plus clair que toutes les analyses présentes dans son œuvre pouvaient nourrir une telle psychologie, que ce soit par sa théorie des niveaux de conscience et de la structure du champ attentionnel ; par la distinction tellement précieuse des aspects significatifs et intuitifs ; par l'analyse des composants de l'intentionnalité : noème, noèse, ego ; par la production d'une théorie de la passivité, de l'association et la distinction entre rétion et ressouvenir ; par les concepts de visée à vide, d'intention éveillante ; par l'analyse des actes et familles d'actes cognitifs (perception, imagination, ressouvenir etc.) ; par son modèle de la temporalité et de la temporalisation, etc. Tous les éléments de cette liste pointent vers des questions de recherche que la psychologie a peu examinées sous l'angle de la subjectivité. Il y avait, il y a là, un trésor que je suis très heureux d'avoir découvert, d'avoir mobilisé et mis à disposition de tous ceux qui n'arrivaient pas à entrer dans la lecture directe de l'œuvre du philosophe et de ses disciples.

### *A- 3 Reprise de nouvelles questions méthodologiques à partir de l'introspection.*

En même temps, la prise en compte de ces nouveaux objets de recherche ouvrait à la possibilité et à la nécessité de revenir sur les actes méthodiques permettant de les viser. J'ouvrais ainsi un "cercle vertueux", constitutif de toute discipline prenant en compte la subjectivité et déjà repéré par Husserl, cercle selon lequel objet et outil sont identiques et sont distingués à chaque étape par les intentions de visée. Ainsi l'objet d'étude visé (V1), par exemple l'attention, ne peut être atteint (V2) que par la mise en œuvre de l'outil subjectif "attention". Je ne peux pas étudier l'attention sans être capable de porter mon attention sur elle. Étudier l'attention, c'est la prendre pour objet de recherche ; porter mon attention sur... c'est prendre l'attention comme outil. La mise en œuvre de cet outil devient à son tour un nouvel objet d'étude à vocation méthodologique, visé dans un troisième temps (V3) qui aidera à mieux comprendre comment étudier l'attention et perfectionner la pratique de la visée de l'attention en (V2)<sup>3</sup>. Dans l'étude de la subjecti-

<sup>3</sup> Pour mieux comprendre cette notation : V1, vécu de référence ; V2, vécu d'explicitation le vécu de référence ; V3, vécu d'explicitation les

tivité, le moyen et l'objet sont identiques, je ne peux étudier la mémoire sans me souvenir d'un moment où j'ai appris, d'un moment où je me suis rappelé. De même, je ne peux étudier la conscience sans la mobiliser pour en prendre conscience. Bien sûr, étudier la mémoire, la conscience ou l'attention ne mobilise pas seulement la mémoire ou l'attention, alors que tout objet de recherche subjectif (états internes, imagination, désirs etc.) les implique nécessairement pour les atteindre. Mémoire, conscience, attention, verbalisation, conceptualisation, création de sens, empathie, sont entre autres les principaux outils de base subjectifs nécessaires à toute possibilité de documenter la subjectivité. Mais on voit bien comment étudier ces outils ouvre à l'étude des principaux objets de la psychologie.

### A-3.1 Le statut de l'introspection.

Mais même avec cette évolution de mes projets de recherche, du point de vue de la méthode j'étais encore pris dans la pratique d'entretien. Il devenait cependant de plus en plus évident que ce que je mobilisais par cet entretien chez celui qui était interviewé, ce n'était pas seulement une activité de verbalisation mais surtout, en amont de l'expression verbale, une activité de visée de son propre vécu, autrement dit une introspection comme rétrospection.

En réalité, on aurait pu tout aussi bien nommer cet entretien : "entretien d'introspection", "introspection par entretien", "introspection guidée". Sauf bien sûr que cela n'aurait pas été très informatif puisque tout entretien, comme tout questionnaire, mobilise l'introspection chez celui qui y répond. Si cet argument me pousse à conserver l'originalité de l'entretien d'explicitation, il n'empêche que la question du statut épistémologique de l'introspection me préoccupait puisque ce dernier était fondateur de l'entretien d'explicitation. Cette préoccupation se déclinait sur deux fronts (métaphore guerrière de rigueur : comment répondre à des attaques) : l'un face à phénoménologie qui récusait totalement l'introspection, l'autre face à toute une partie majoritaire de la tradition scientifique de la psychologie qui s'était précisément construite contre l'introspection !

---

actes de l'explicitation pratiquée en V2, voir la mise au point récente dans Vermersch, P. (2006). "Vécus et couches des vécus." *Explicitation*(66): 32-47.

### - Le refus de l'introspection par la phénoménologie.

La phénoménologie de Husserl nomme l'acte par lequel je me tourne vers mon vécu pour le saisir : "réflexion" (Husserl 1950). La tradition philosophique nomme l'acte par lequel je vois mon vécu : "perception immanente" ou encore "aperception", termes aussi utilisés par Husserl. Ce qui est rejeté par la phénoménologie n'est donc pas l'acte de perception du vécu, puisque sa mise en œuvre constitue un des moyens indispensables à la pratique phénoménologique. En revanche, Husserl refuse le terme d'introspection pour désigner cet acte parce que venant de la psychologie, il est entaché d'un présupposé naturaliste. La question ne porte pas sur le fait que l'introspection existe ou non, qu'elle soit possible ou non, comme le font les psychologues détracteurs de l'introspection, mais sur le fait que de nommer ainsi cet acte présuppose que l'objet qui est visé existe, et rompt ou rend impossible par là-même la réduction transcendantale (qui, elle, suspend la croyance en l'existence du monde). Le terme d'introspection qualifie donc un acte qu'en aucun cas la phénoménologie ne veut pratiquer, qui est à l'opposé des bases de la phénoménologie transcendantale du fait de ses présupposés épistémologiques. Sans compter que venant de la psychologie, ce terme sent le psychologisme possible, ce qui est une position là aussi totalement récusée par Husserl.

Mais si l'on **n'est pas** dans un programme de recherche transcendantal, c'est-à-dire un programme de recherche des fondations, alors utiliser le vocable d'introspection est neutre et devient synonyme d'aperception ou de "réflexion" au sens phénoménologique du terme. En revanche, du point de vue psychologique, utiliser le terme de "réflexion" conduit à ne pas différencier au moins deux types d'actes réflexifs : le "réfléchissement" (le passage du vécu à sa représentation) qui caractérise l'activité réfléchissante et la "réflexion" (le fait de prendre pour objet quelque chose qui existe au plan de la représentation) qui est le propre de l'activité de... réflexion. Donc à ne pas différencier l'activité réfléchissante et l'activité réfléchie. Une telle confusion est problématique : quand on parle d'introspection on ne sait pas d'avance s'il s'agit d'activité réfléchissante ou réfléchie, sauf que la pratique montre que dans de nombreux cas, ce qui est premier est d'opérer le réfléchissement de ce qui a été vécu, donc l'activité réfléchissante.

Parler d'introspection n'est donc un conflit avec la phénoménologie que si l'on mélange les positions disciplinaires. La psychologie et la psycho-phénoménologie sont des disciplines tournées vers le recueil de données d'observation, donc empiriques, même et y compris dans la prise en compte des données en première et seconde personne. La philosophie n'est pas une discipline empirique sauf à se redéfinir. En revanche, il est clair que la philosophie peut réfléchir à partir des données empiriques recueillies par les différentes disciplines scientifiques.

#### - Le refus de l'introspection par la psychologie.

Le positivisme et toute la tradition comportementale de la psychologie n'ont eu de cesse depuis les années 1900 que de chercher à déconsidérer l'introspection comme moyen valable de recueil de données, au point d'aboutir à une quasi interdiction de son usage et à une déconsidération *a priori* qui continue à être enseignée. Me tournant vers l'introspection alors que j'avais moi-même été formé au rejet de l'introspection, il me semblait difficile d'être celui qui aurait eu raison quand tant d'esprits scientifiques semblaient avoir démontré que ce geste était impossible à pratiquer par principe, et en conséquence mal nommé, et de toute façon sans intérêt, fertile en erreurs, pas différent de l'expression des théories naïves, produisant des données imprécises, non reproductibles, non corrélables et devait donc être banni de la Science, le tout sur un fond d'intolérance interdisant la possibilité d'en parler sur le fond. Après examen attentif des sources, sur plus d'un siècle de critiques on aperçoit bien que tant de jugements négatifs, éventuellement contradictoires les uns avec les autres est suspect. Je me suis donc senti obligé de vérifier le bien-fondé éventuel de ces critiques, de me donner les moyens d'établir mon propre jugement, car, si un seul de ces jugements était correct cela suffisait pour démontrer qu'il fallait vraiment abandonner l'usage de l'introspection dans la recherche.

Arrivé au bout de mon enquête, je n'ai pas découvert d'argument négatif décisif qui m'obligeât à renoncer à l'introspection comme moyen de recherche. J'ai pris connaissance de nombreuses critiques méthodologiques qui valaient la peine d'être prises en compte et auxquelles il fallait envisager de trouver des réponses. Je reprendrai le détail de ce point dans le texte qui

développera ultérieurement cet article. Mais j'ai surtout rencontré des arguments idéologiques partisans qui avaient pour but de démontrer qu'il ne fallait pas se servir de l'introspection (Vermersch 1999) afin de promouvoir une certaine pratique de recherche et une certaine épistémologie. Ce n'étaient pas des critiques ! C'était la guerre pour la conquête des postes universitaires, des publications, des responsabilités, de la reconnaissance académique. En fait, si l'on compare les résultats obtenus en 1901 par des chercheurs de l'école de Würzburg, à ceux obtenus par Binet de manière indépendante, à ceux obtenus en 1930 par Burdoud et enfin à ceux obtenus par le GREX en 1995, on obtient toujours les mêmes descriptions. Ce qui signifie que la réplication des études basées sur l'introspection est possible et offre une fidélité remarquable.

Les données de verbalisation obtenues par introspection sont aussi fiables mais aussi critiquables que n'importe quel type de données. Elles n'ont pas la prétention de produire directement "la vérité" du sujet, sous prétexte que ce serait lui qui formule son propre vécu. Autant que les autres données elles doivent être soumises à la critique méthodologique, mais pas plus que pour les autres ! (Voir ce type d'attitude dans l'article de Wundt cherchant à démolir les prétentions à la scientificité des travaux de l'école de Würzburg basés sur l'introspection et manifestant des exigences que lui-même ne remplissait pas ! (Wundt 1907). Les analyses que l'on s'autorise à partir des données produites par introspection et les conclusions que l'on prétend en tirer doivent satisfaire aux mêmes exigences de raisonnement que toute autre recherche.

Mais au terme de mon enquête, la conclusion qui s'imposait était que pour se servir de l'introspection il fallait encore le faire contre les idées reçues et les préventions qui n'avaient guère bougé depuis les années 1900. Par ailleurs, tout le travail de perfectionnement et de mise au point de la méthode restait à faire : là où une communauté de chercheurs aurait fait des progrès importants en s'attelant aux difficultés,

il y avait un vide, puisque rien n'avait été fait depuis un siècle. Et enfin, cette méthode n'était enseignée nulle part, dans aucun cursus académique.

- *Introspection rétrospective (rétrospection) et introspection actuelle.*

Avant de poursuivre mon cheminement vers la pratique de l'auto-explicitation, une dernière remarque s'impose sur l'appellation "introspection" et sa pratique. Remarque qui a pour but d'ouvrir le dialogue avec les praticiens de l'introspection et pas seulement avec les chercheurs qui voudraient l'utiliser comme méthode de production de données.

L'introspection dont j'ai parlé jusqu'ici est principalement une "rétrospection", c'est-à-dire qu'elle n'a pas vocation à s'exercer au moment même sur l'actualité du vécu. Comme tout acte de mémoire, cette rétrospection s'exerce bien au moment même, mais en visant un vécu passé. C'est le paradoxe de ce genre d'acte que d'avoir une actualité spécifique comme tout acte, puisque quand je l'accomplis c'est bien dans un maintenant, mais une actualité principalement occupée du passé, et ce d'autant plus fortement que le type de mémoire mobilisé implique une association, voire même une absorption, dans un sentiment de revécu comme c'est le cas avec la mémoire d'évocation. Le fait d'être occupé d'un vécu passé permet cette possibilité extraordinaire de prendre tout son temps pour l'appréhender, d'y revenir, de le décrire finement en développant un temps de saisie qui est beaucoup plus long que le temps de vécu correspondant. Les objectifs de verbalisation et d'élucidation imposent de se mettre dans une forme de quasi "hors temps", en tous les cas largement hors de la pression des enchaînements d'actes finalisés de la plupart des vécus productifs comme de fabriquer un objet, donner une conférence, faire la cuisine, vous préparer à relancer la balle, etc. Du coup, cet élargissement de la temporalité autorise la durée propre à l'expression verbale orale ou écrite, puisque le temps de la remémoration peut s'adapter au temps plus long de l'expression. Enfin, il est vrai aussi que cette manière de faire ne réclame pas une grande expertise introspective au sujet, et l'on peut ainsi questionner en entretien toute personne, ou presque, qui est consentante. Toutes ces propriétés : étirement du temps, compatibilité de cet étirement avec l'expression verbale, tolérance à une faible expertise introspective, font que la rétrospection est particulièrement adaptée au recueil de données de recherche, que ce soit en entretien avec des informateurs qui n'ont pas de formation préalable à l'introspection ou, au contraire, avec l'auto-explicitation, en ayant le

temps de mobiliser toutes les ressources professionnelles couplées avec une expertise introspective forte (mais comme nous le verrons plus loin, une des difficultés de l'auto-explicitation est de supposer la mise en œuvre simultanée de la seconde forme d'introspection : "l'introspection actuelle").

En effet, si l'on prend le terme d'introspection, au sens d'une conscience réfléchie tournée vers l'état actuel, pour le suivre, l'accompagner, s'en informer, on a à faire à une activité très différente de la précédente puisque l'engagement dans le vécu est modifié par la présence d'une conscience réfléchie délibérée qui se "surajoute à" ou qui vise "à englober" pour le percevoir, ce qui jusqu'alors était simplement vécu. J'appellerai cela une "introspection actuelle", mais on pourrait aussi la nommer "introspection perceptive". Car elle est actuelle au même titre que l'est toute perception, ici c'est une perception immanente ou aperception. C'est une activité beaucoup plus experte que la rétrospection, car elle doit se surajouter à l'activité principale sans s'y substituer. Elle demande une extension du champ de la conscience vers des directions d'attention spécifique supplémentaires, donc un effort attentionnel plus grand que celui déjà fourni sans pour autant qu'il interfère avec la tâche principale. Cette introspection suppose un second niveau de contrôle, puisque non seulement j'accomplis mon action principale, mais de plus je pilote l'action secondaire qui est de la percevoir de manière réfléchie, toujours sans interférences.

Pour autant, elle ne demande, en tant qu'action actuelle, qu'une compétence de suivre au fur et à mesure le vécu principal, elle est toujours dans une forme d'immédiateté. Car cette introspection n'est pas une réflexion, elle est une aperception. Elle n'est pas un raisonnement en temps réel qui, lui, relèverait du "praticien réflexif" et permettrait de se détacher de l'immédiateté pour anticiper de manière calculée, ou pour prendre en compte ce qui s'est déjà passé. Cette introspection actuelle est un réfléchissement perceptif constant qui accompagne le vécu. De ce fait, elle n'a pas besoin d'une *expertise temporelle* comme dans l'auto-explicitation (voir plus bas le primat de la référence à la structure temporelle). En revanche, elle va se baser sur une grande *expertise catégorielle* de ce qu'elle a appris à suivre dans son domaine particulier. Son usage supposera donc un apprentissage pour être vraiment acquise, c'est-à-dire une transmission sociale, un entraî-



nement répété pour acquérir l'expertise catégorielle discriminant en temps réel, pour affiner les nuances, les propriétés, et surtout pour ne pas interférer avec ce qui est en train d'être vécu. Des situations comme toutes les formes de méditation par exemple supposent l'apprentissage d'une telle introspection (cf. plus loin la constitution du témoin en auto-explicitation). Le travail des psychothérapeutes dans la gestion du contre-transfert implique aussi une compétence introspective actuelle comme toute métacognition. Cependant, au moment même où l'introspection actuelle est pratiquée, elle est vécue, elle n'est pas visée, pas étudiée. Si c'était le cas, il faudrait un niveau de conscience réfléchie supplémentaire ou plus large qui engloberait les niveaux précédents, et lui-même serait vécu, pas saisi. Comme le faisait remarquer le psychologue Guillaume "nous sommes toujours en retard d'une prise de conscience" (Guillaume 1942).

Le fait d'exercer une telle forme d'introspection actuelle porte à ma conscience réfléchie, au moment même, davantage d'informations et des informations autres que si je ne le faisais pas. Mais n'est-ce pas des informations que je prends déjà en compte de manière pré-réfléchie ? Qu'est-ce que cela change que de les apercevoir au moment où je les perçois ?

En un sens, cette introspection actuelle peut être décrite comme créatrice au moment même d'informations supplémentaires par rapport à ce dont je m'informe pour simplement vivre. Mais ce dont je m'informe est largement pré-réfléchi, ce qui ne veut pas dire qu'il est perdu pour ma conscience, puisque être pré-réfléchi veut bien dire faire l'objet d'une conscience directe, d'une conscience en acte (Vermersch 2000).

Il faudrait explorer la question de savoir quelles sont les différences (en quantité d'informations, en qualité ou nature de ces informations, en effets produits par la prise de conscience actuelle ou rétrospective) entre les informations recueillies par introspection actuelle, donc par prise de conscience actuelle, et celles mises à jour par introspection rétrospective. En se souvenant que pour la recherche, il faudra plus tard que je me souviens des informations issues de l'introspection qui a été actuelle pour pouvoir les rapporter, et que les informations qui seront mises à jour par l'introspection rétrospective produiront des effets de prise de conscience actuelle dans la mesure où l'acte de ressouvenir engendre en même temps le réflé-

chissement des informations qui n'étaient que pré-réfléchies au moment où elles étaient présentes dans mes vécus.

Autrement dit, y aurait-il des informations mises à jour par l'introspection actuelle qui, si elles n'étaient pas mises à jour dans l'immédiateté de la saisie/donation actuelle, ne seraient pas du tout saisies et seraient perdues pour le sujet ? Et aussi : la mémoire de ce qui a été conscientisé lors de l'introspection actuelle produit-elle des données différentes de la mémoire mobilisée par l'introspection rétrospective ? La première est la mémoire de ce qui a été conscientisé au moment du vécu ; la seconde, la mémoire qui développe la prise de conscience rétrospective de ce qui a été vécu. Les deux actes de rappel ne sont pas les mêmes : le premier est un rappel d'informations déjà conscientisées, un simple souvenir ; le second, sur le mode de l'évocation, opère le rappel/réfléchissement de ce qui n'a été jusqu'à que pré-réfléchi.

Les deux actes de rappel peuvent-ils être complémentaires ? La mémoire rétrospective ne permettrait-elle pas d'aller beaucoup plus loin que ce qui a été conscientisé au moment même ? Mais couvrirait-elle toutes les informations, y compris celles qui n'apparaissent de manière réfléchie qu'avec l'introspection actuelle ? Le fait d'avoir pratiqué l'introspection actuelle lors du V1 n'ouvrirait-elle pas par association, par contagion, à d'autres réfléchissements ? Car on sait bien que l'évocation de V1, son réfléchissement, ne s'opère pas de manière continue, mais suppose des reprises, des changements de directions attentionnelles successives imposés par la structure du champ attentionnel et les propriétés fonctionnelles de l'attention (focalisation, engagement, désengagement (Vermersch 2002; Vermersch 2002).

À côté des visées de recherche que je privilégie, n'y aurait-il pas d'autres usages, qui auraient des raisons de privilégier un mode d'introspection plutôt qu'un autre ? Pour quelles activités ? Pour quels professionnels ? Rechercherait-on les mêmes effets ? Ces effets seraient-ils inscrits dans la même temporalité ?

Dans mon expérience, l'utilisation de l'introspection actuelle est liée à d'autres objectifs que la recherche, ce que j'appellerai de façon générique des objectifs d'interventions. Par exemple, des buts relatifs au perfectionnement d'une pratique ou inclus dans du travail de développement personnel et/ou spirituel, ou encore dans des métiers de relation demandant une

prise en compte continue des réactions personnelles. Cette différence d'usage et d'expertise entre recherche et intervention, pour moi entre vie professionnelle et activité privée, est une des raisons qui m'ont écarté d'en parler, d'en faire état dans le détail. Alors que tout au long de ma vie, j'ai étudié et pratiqué de nombreuses activités qui supposent la mobilisation de l'introspection actuelle et m'y ont donc formé.

Dans mon cadre professionnel, cadre dans lequel j'écris en tant que chercheur et peu en tant que praticien et encore moins comme pratiquant, l'introspection rétrospective était plus adaptée à mes objectifs de recherche, ou aux projets de formaliser et modéliser sa pratique, à des bilans, des débriefings. Mais avec l'auto-explicitation, les choses changent profondément puisque cette technique va mobiliser les deux formes d'introspection : actuelle et rétrospective. De ce fait, l'introspection actuelle quitte la seule pratique privée pour s'insérer dans la recherche, non pas pour produire nécessairement de nouvelles données, mais pour guider l'introspection rétrospective, puisqu'il n'y a plus d'intervieweur pour le faire. Sauf que lorsqu'on possède une expertise dans la pratique de l'introspection actuelle, au moment où l'on guide la rétrospection dans une auto-explicitation portant sur un thème sensible, cette introspection actuelle produit plus que du guidage, mais s'implique dans le thème. Elle s'informe de nouveaux aspects, qui apparaissent du fait de faire l'introspection rétrospective (ce dernier point est noté à partir des discussions de ce thème avec Eve Berger, partageant, comme moi, une grande expertise de l'introspection actuelle, principalement dans son cas sous la forme de ce que la somato-psychopédagogie nomme "l'introspection sensorielle" (Berger 2006)).

Reprenons le fil conducteur du passage qui conduit de l'entretien d'explicitation à l'auto-explicitation.

### A-3.2 L'introspection de l'introspection : comprendre et perfectionner la pratique de l'introspection.

Une fois levée cette critique historique de principe quant à l'usage de l'introspection, il faut bien constater d'une part, comme je l'ai déjà signalé, que les travaux anciens ne m'intéressaient que moyennement mais surtout, d'autre part, que ces travaux se contentaient d'utiliser l'introspection, mais ne la questionnaient pas,

ni ne l'étudiaient ; et donc ne se donnaient pas les moyens d'élaborer une connaissance savante (par opposition à connaissance pragmatique) de la méthodologie mise en œuvre. Le cercle vertueux objet/outil n'était pas mis au travail. L'acte d'introspection (l'outil) n'était jamais pris comme objet d'étude, il n'y avait pas eu d'introspection (outil) de l'introspection (objet). Mis à part quelques textes se présentant comme des recommandations sur la pratique réglée de l'introspection (Titchener 1912; Titchener 1912; Titchener 1912; Titchener 1913) ou (Burloud 1927), il n'y avait pas eu de programme de recherche sur les actes mobilisés par l'introspection.

A cette époque, l'introspection était un outil, il paraissait même être l'outil privilégié pour construire la psychologie scientifique. On s'en servait, c'était là sa nouveauté, c'était là l'originalité des nouvelles recherches menées grâce à sa mise en œuvre. Son utilisation s'accompagnait d'une véritable exaltation programmatique : les grandes questions allaient être étudiées comme jamais les philosophes n'avaient su le faire par le passé ! La psychologie devenait une science, d'ailleurs la méthode pratiquée ne s'appelait pas "introspection", mais "introspection expérimentale systématique" ! C'était la première vague, un travail de pionnier et les chercheurs n'étaient pas encore passés à l'étape suivante. Et il faut se rappeler que la chronologie de l'étape suivante a été la première guerre mondiale, puis la seconde. Si la pratique de l'introspection dans la recherche s'était poursuivie, au lieu de disparaître presque totalement pendant un siècle, il est certain que de nouvelles interrogations méthodologiques seraient apparues et auraient été investies. Nous serions alors beaucoup plus loin dans l'expertise de l'utilisation de l'introspection pour la recherche, puisqu'il n'est pas de domaine où les efforts d'une communauté humaine ne portent pas ses fruits. Même dans les rares usages contemporains revendiqués comme tels (Diel 1947), (De la Garanderie 1989), (Berger 2006), l'introspection n'a pas fait l'objet d'un programme de recherche (ce qui ne veut pas dire que les praticiens ne soient pas "en recherche" sur l'usage de cet outil et qu'ils n'aient pas travaillé à la mise au point de son enseignement et de sa pratique). Pour qu'un tel métaprogramme de recherche puisse exister, il fallait devenir suffisamment familier de la pratique de l'introspection pour prendre du recul et passer à ce que nous nommons dans

notre groupe de recherche le V3 (V3 ou "vécu numéro 3", le numéro indiquant l'ordre des vécus), c'est-à-dire un temps où l'on prend comme objet d'étude les actes introspectifs eux-mêmes. Et c'est ce que nous faisons dans le cadre du GREX depuis le milieu des années 90. Non seulement nous pratiquons l'entretien d'explicitation, dans lequel nous sollicitons de l'interviewé une activité d'introspection guidée, mais dans les temps de recherche tournés vers l'étude et le perfectionnement de la technique de l'explicitation, nous pratiquons des entretiens sur le vécu de l'entretien qui a été mené précédemment, que ce soit à propos du vécu de l'intervieweur ou de l'interviewé. Un exemple détaillé de cette démarche est présenté par exemple dans (Vermersch 2003) et de nombreux comptes-rendus ont été publiés dans le journal du GREX *Expliciter* (la collection est accessible sur le site [www.expliciter.fr](http://www.expliciter.fr)).

Développons un peu la notion de V3 ou "explicitation de l'explicitation". Si nous nommons V1 le vécu de référence qui a pour vocation d'être explicité par l'entretien d'explicitation et donc par introspection guidée, on nommera V2 le vécu du moment où l'on pratique l'introspection pour viser V1, pour le présentifier (le rendre à nouveau présent par évocation) et enfin pour le verbaliser<sup>4</sup>. Et quand on prend ce vécu V2 comme objet d'introspection, alors on peut documenter lors d'un V3 la pratique de l'introspection et discerner les différents actes et états mobilisés lors de V2.

Traduisons ce cheminement par un exemple concret. Supposons que j'étudie la mémorisation des partitions par les pianistes. Un pianiste acceptant d'être sujet dans ma recherche, a vécu un temps où il étudie pour en faire l'apprentissage un morceau de musique. Ce temps d'apprentissage est le vécu de référence, noté V1, dans le sens où lors de l'entretien que je mène avec ce pianiste, c'est ce moment V1 que nous visons. Mais lors de l'entretien qui le guide dans le souvenir de V1, il n'est plus en train d'apprendre son morceau de musique, il n'est pas en train de le jouer non plus, son activité est de se souvenir de ce moment d'apprentissage et me le décrire. L'entretien sur V1 est donc un second temps V2. Ce second temps est

<sup>4</sup> Par souci de simplification je ne tiens pas compte du cas possible où V1 aurait été lui-même un temps d'introspection actuelle. Ce serait cependant un cas de figure intéressant à développer.

caractérisé au plan du contenu par le fait que c'est de V1 dont il parle, et au plan du vécu actuel par les états, les actes présents, c'est-à-dire par le fait qu'il a différents ressentis, différents buts, qu'il se remémore, qu'il décrit, qu'il reprend et fragmente cette description, qu'il génère ce faisant une activité réfléchissante qui produit une prise de conscience. Cette activité qui caractérise le fait d'être interviewé à propos d'un vécu passé est celle propre à V2.

Maintenant, au lieu d'étudier la mémorisation des partitions, je veux conduire une recherche sur l'effet de mon guidage sur l'activité de l'interviewé pendant l'entretien, ou bien je suis intéressé par les étapes de son acte d'évocation du moment passé, ou... bref, tous les buts de recherche sont ici possibles suivant les intérêts du chercheur. Dans tous les cas, je vais devoir pratiquer un nouvel entretien qui prendra comme objet le vécu V2. Lui-même sollicitera de nouvelles activités pas très différentes de celles présentes pendant V2, qui pourraient faire l'objet d'une nouvelle reprise dans un V4 hypothétique si un objectif de recherche le sollicitait. On voit bien que lors de l'entretien où le vécu V2 est généré, l'objet de la recherche est l'apprentissage d'une partition, alors que lors du vécu V3, l'objet de recherche est l'effet des relances ou les étapes de l'évocation etc. tous objets de recherche propres à l'étude de l'introspection. Inversement, je ne peux étudier les actes de l'introspection, si je ne la fais pas pratiquer auparavant. Le perfectionnement de l'introspection passe par sa pratique réelle (V2) puis par l'étude de cette pratique (V3).

Avec l'étude de la pratique de l'entretien, c'est-à-dire l'exploration ciblée des vécus de l'interviewé ou de l'intervieweur, je débouchais sur un programme de recherche qui se présentait d'abord comme uniquement méthodologique : perfectionner l'entretien d'explicitation en étudiant les différents aspects vécus de sa pratique.

*Mais dans la réalisation de ce programme, pour éclairer l'acte privé et individuel qu'est l'introspection, je restais toujours cantonné dans la pratique publique et médiée de l'entretien d'explicitation.*

L'étape suivante fut donc de procéder à l'explicitation de l'explicitation, à l'explicitation de l'introspection mobilisée par l'interviewé, et donc à la conduite d'entretiens portant sur le vécu pendant un entretien d'explicitation. Et là encore, la phénoménologie s'est largement imposée comme fond théorique prioritaire ; prio-

ritaire par sa pertinence, prioritaire par le fait qu'il était quasiment l'unique source d'informations utiles.

### A-3.3 L'ouverture à l'introspection permet de prendre pour objet d'étude les actes de l'introspection, les actes de la méthode.

Il y a là un passage un peu confus, mélangé, complexe, dont il est difficile de rendre compte : l'utilisation de l'entretien avait ouvert à l'étude de la subjectivité dans la description d'un vécu de référence V1, qui en retour faisait mieux prendre conscience de la subjectivité présente dans l'entretien V2. Ceci ouvrait à un nouveau programme de recherche orienté sur la méthodologie de l'introspection mobilisée par l'entretien et basée sur les V3. Bien. Mais ce programme a produit un effet indirect important, par une familiarisation progressive plus que par une volonté affichée : il nous a conduit à beaucoup mieux connaître la pratique de l'introspection et des actes qui y sont associés. Et tout en continuant à pratiquer des entretiens, l'attention était de plus en plus tournée vers les actes et les états de l'interviewé, vers la nécessité de réaliser une psycho-phénoménologie de ces actes, l'intention manifeste restant de mieux connaître l'outil que nous utilisions depuis plus de dix ans. Mais ce faisant, nous faisons bien autre chose que seulement éclairer les effets de l'entretien d'explicitation, nous nous engageons dans l'étude d'actes aussi fondamentaux que l'attention, la mémoire, la verbalisation descriptive, etc. L'entretien était encore là, mais au second plan, comme un support stable mais dépassé, débordé, par de nouveaux intérêts. Ce qui n'empêchait pas de le pratiquer et de continuer à le pratiquer dans l'avenir. Voyons rapidement ce programme de recherche méthodologique.

#### - L'importance décisive du V3.

On l'aura compris, le point essentiel dans le développement de ce programme a été la pratique de l'explicitation de l'explicitation (V3). J'ai déjà présenté les différents vécus V1, V2, V3, mais je n'avais pas abordé les difficultés propres à l'activité dans V3. L'idée était simple dans son principe. Mais cela fait maintenant dix ans que nous cherchons les moyens de la mettre en œuvre avec méthode et efficacité.

Les témoignages du travail de co-chercheurs que nous avons fait récemment lors de l'été 2006 (Vermersch 2006), nous ont démontré que c'était seulement maintenant que nous savions avec confiance accéder au V3, et non glisser subrepticement de l'évocation de l'explicitation (V2) à l'évocation de ce qui y était évoqué (V1) perdant ainsi la possibilité de documenter les actes de l'explicitation.

Quand, une des toutes premières fois, nous avons cherché à décrire l'évocation, acte de rappel qui est au cœur de l'accès au vécu passé sur le mode du revécu, tout ce que nous avons obtenu dans un premier temps était le contenu de l'évocation faite en V2, c'est-à-dire la verbalisation du vécu de référence V1 et pas la description des étapes de l'acte d'évocation. Comment évoquer non plus le contenu de l'évocation précédente, mais évoquer les actes d'évocation ? Pour cela, il fallait déjà maîtriser la distinction acte / contenu, donc être capable d'opérer une première réduction de manière à suspendre l'intérêt spontané pour le seul contenu. Ce pas est peu de chose et pourtant essentiel en tant que condition nécessaire : s'il n'est pas accompli, l'accès à la subjectivité ne se fait pas. Il fallait apprendre à poser de nouvelles questions, et bien pointer l'attention de l'interviewé vers la temporalité de V2, sans laisser déraiper l'entretien vers la temporalité de V1 (Vermersch 2006). C'était un travail de pionner !

Toutes les pratiques de recherches qualitatives ont besoin de passer en V3 pour éclairer les pratiques qu'elles mettent en œuvre ! Mais on ne peut aborder le V3 que si l'on est devenu familier avec la pratique de V2. Traduction : on ne peut étudier l'explicitation comme objet que si l'on pratique vraiment l'explicitation comme outil (V2). Et le processus même de la pratique régulière de l'entretien d'explicitation conduit à vouloir, à pouvoir, le prendre comme objet d'étude.

#### - L'apport essentiel de Husserl pour sa méthodologie et ses résultats.

Mais l'ouverture méthodologique qui a consisté à apprendre à pratiquer le V3 aurait été insuffisante si je n'avais pas dans le même temps assimilé les résultats, les distinctions, les apports de la phénoménologie de Husserl, même s'il est certain qu'il n'aurait pas du tout approuvé ce que j'en faisais et que la plupart des phénoménologues contemporains penseraient de même, pour autant qu'ils en soient informés.

La douloureuse lecture de Husserl commença en 1993 ; douloureuse parce que vraiment difficile et sans moyens d'accès préparatoires, car les manuels et textes pour étudiants ne sont apparus que récemment, et il n'existe pas encore de vrai dictionnaire du langage phénoménologique. Le travail sur ses textes dans le cadre de l'atelier de pratique phénoménologique, puis du Collège International de philosophie avec Natalie Depraz, Bruce Bégout, Philippe Cabestan, Frédéric Borde, Bernard Pachoud, la rédaction de quelques commentaires de textes husserliens principalement à propos de l'attention (Vermersch 1998; Vermersch 1999; Vermersch 2000), ont fait que je me suis approprié progressivement de nombreuses indications méthodologiques suggérées par les pratiques descriptives manifestées dans l'écriture de Husserl. En effet, il existe très peu de "méta-textes" à vocation méthodologiques dans son œuvre (et encore moins pédagogiques !), en revanche il est relativement facile d'analyser ses textes comme des retranscriptions indirectes de sa pratique et de reconstruire, à partir des actes impliqués par l'écriture de ses exemples, quels sont les procédés méthodiques mobilisés. C'est d'autant plus légitime que de nombreux textes publiés sont en fait issus de ses notes originales de préparation de cours, qu'il écrivait directement dans son écriture sténo personnelle, et qu'il ne retouchait guère. Elles sont donc restées intactes jusqu'à leurs transcriptions récentes et leurs publications en ouvrages (rappelons qu'il y a peu de livres de Husserl qu'il a lui-même préparés en tant que tels, mais surtout beaucoup de cours rédigés qui ne sont connus en traduction française que depuis une dizaine d'années). Et bien sûr, je connaissais bien, depuis le temps, l'exercice qui consiste à remonter par inférence des traces aux actes et c'est ce que je fis avec ses textes comme traces de son activité.

Par exemple, parmi les thèmes husserliens les plus utiles, et sans les développer ni les justifier ici :

- Les différents types de réduction, et le concept même de la réduction,
- Les distinctions entre analyse statique et génétique, et l'obligation de procéder à chacune des analyses successivement dans un travail distinct. L'analyse statique s'imposant toujours en premier, malgré ses insuffisances qui apparaîtront avec l'analyse génétique.
- La prise en compte des couches simultanées

d'un même vécu, et la nécessité de produire successivement des descriptions différentes pour les prendre en compte.

- Le fait que dans les actes de représentation (mémoire, imagination) il y avait toujours une double position égoïque,
- La nécessité de produire plusieurs descriptions d'un même vécu en changeant successivement de point de vue de façon à viser le contenu (noème), les actes (noèses), l'ego ou la co-identité présente,
- Le rôle de la visée à vide et des intentions éveillantes,
- Les problèmes posés par la constitution d'un langage descriptif qui rende justice à la description des vécus.
- La rétro-propagation possible de la visée descriptive.
- L'importance de la variation des exemples.

Il est clair que développer tous ces thèmes demanderait plus d'un chapitre, dans le cadre de cet article je me contenterai de cette liste sommaire, afin d'avancer d'un pas de plus vers la modification de l'interaction entre entretien et introspection.

## *B- Seconde partie*

### *Pratique de l'auto explicitation.*

#### **B-1 Transition : l'atelier de pratique phénoménologique.**

À cette étape de ma progression dans la présentation de l'acheminement vers l'auto explicitation, ce que j'ai essentiellement motivé c'est le passage progressif et quasi involontaire d'un intérêt pour le perfectionnement de l'entretien d'explicitation à un intérêt pour les actes mobilisés par l'interviewé lors de l'entretien.

Dans le même temps (premiers usages de l'entretien d'explicitation en formation lors des universités d'été de Marseille organisées par G. Nunziatti en 86, 87, première conférence sur l'entretien d'explicitation en 1988 lors d'un grand colloque au CNAM à Paris, premier stage la même année à Saint Etienne, premiers contacts avec EDF et le domaine nucléaire la même année par l'intermédiaire de P. Guillemot, le GREX est fondé en 1991 sur les bases d'un groupe de travail du ministère de la recherche en 89/90 qui n'a pas été reconduit, le livre est écrit durant l'été 1993, la première édition publiée en octobre 1994), j'avais rencontré Francisco Varela (en 1993 je l'avais invité directement à participer à une journée

scientifique de l'ARCO sur le thème de l'introspection) et Natalie Depraz (en 1994, qui m'avait été présenté par les philosophes Jean-Michel Salenskis et Jacob Rogozinski et que j'avais invité à communiquer sur le thème de la pratique de la réduction lors de la première année du séminaire "Phénoménologie et Psychologie" qui se tenait à Paris, à l'INETOP rue Gay Lussac dans la bibliothèque de l'ancien laboratoire de Psychologie du Travail qui m'avait accueilli depuis septembre 1969, je ne vous dis pas le sentiment d'étrangeté !). Nous avons convenu tous les trois de mettre en place un vrai "atelier de pratique phénoménologique" (1995-2001) (avec la participation régulière de Catherine Le Hir, Alain Flajiolet, Bernard Pachoud, Frédéric Borde, Claire Petitmengin, Béatrice Cahours, plus tardivement Olivier Sigaud). Enfin ! Nous allions pratiquer la phénoménologie et pas seulement en étudier les textes. Nous avons convenu d'animer à tour de rôle, mais finalement il s'avéra que je l'animais tout le temps, hommage à mes compétences d'animateur. Cet atelier, qui après une première année dans les locaux de l'école normale supérieure rue d'Ulm (!), se tint pendant cinq ans à Paris, rue Nollet, dans le salon de l'appartement/local professionnel de Catherine Le Hir. Dans la mesure où les participants n'étaient pas tous formés à l'entretien d'explicitation, et dans l'esprit de suivre l'exemple pratique de Husserl, nos activités de description de vécus se firent non par entretien mais par écrit, seul (seul en groupe, c'est quand même important, cf. plus loin "la structure et le rôle des sessions d'auto-explicitation"), et sans formation préparatoire pour plusieurs d'entre nous, qui d'ailleurs n'en voulait pas. Comme si la description phénoménologique pouvait se pratiquer sans apprentissage.

Les sessions de l'atelier étaient de quatre heures, l'un de nous préparait un thème d'expérience, souvent emprunté à Husserl. Nous faisons cette expérience, puis nous la décrivions, au moins partiellement, sur place et nous échangeons sur le contenu de nos descriptions. Au tout début, nous commençons par des restitutions orales, mais les risques d'induction et d'altération du compte rendu de sa propre expérience venant après celle d'un autre étaient trop grands et nous avons convenu de ne partager nos descriptions qu'une fois notées, de manière à les rendre indépendantes les unes des autres. Pour autant, cette manière de procéder n'a pas que des avantages, parce que si l'on

n'est pas obsédé par l'authenticité de chaque témoignage, le fait d'entendre la description d'un vécu par quelqu'un de plus expert, quelqu'un qui a pointé quelque chose que je découvre par ses mots avoir moi-même vécu mais ne pas avoir su le distinguer seul est très formateur. Bref, l'effet de la socialisation des comptes rendus est aussi positif et fait avancer l'ensemble des descriptions, même si cela risque d'induire quelques biais. Près de cinq cents pages de témoignages furent produites, majoritairement non exploitées, avec un vague espoir que certains d'entre nous aient l'occasion de s'en servir, c'est ce que j'ai fait dans (Vermersch 2002). Mais je crois que c'est le seul exemple. En fait, nous avons largement sous-estimé le temps supplémentaire qu'il aurait fallu dégager en dehors des temps de pratique en groupe, pour exploiter, analyser, publier les résultats de nos descriptions. Pour chaque atelier, il y aurait eu un an ou plus de travail d'exploitation.

Cette décision de ne pas utiliser l'entretien d'explicitation pour produire nos descriptions, n'avait pas été vraiment réfléchie, elle a eu des conséquences importantes pour moi, puisqu'elle m'a conduit à vraiment développer le travail radicalement en première personne dans lequel le chercheur décrit sa propre expérience. Ce faisant, il est successivement informateur quand il produit ses descriptions, puis chercheur quand il procède à leur analyse et les interprète. Le terme d'auto-explicitation ne s'était pas encore imposé à moi, mais c'était bien ce que je cherchais à pratiquer et à inciter les autres à pratiquer.

Il était clair que ces sessions de "l'atelier de pratique phénoménologique" étaient toujours liées à des fins de recherche, et qu'elles avaient vocation à produire des comptes rendus écrits et des analyses.

Parce que des pratiques introspectives guidées hors recherche, j'en avais déjà connu beaucoup, que ce soit dans le domaine spirituel, en psychothérapie, dans la formation à la PNL et à d'autres techniques mobilisant l'introspection guidée. Mais ces pratiques n'étaient que des vécus de pratiquer. Ce qui était visé c'était d'abord les informations qu'elles produisaient, et cela de manière quasiment toujours orale, mis à part quelques notations dans un journal de bord privilégiant la teneur de sens et pas la description des actes producteurs de sens. Il n'y avait pas là de ressaisie avec des questions de recherche, mais uniquement des questions de

dégagement de sens et d'efficacité en termes d'aide au changement. Par ailleurs, par exemple en PNL, la manière de faire était proposée avec une telle évidence, qu'elle ne posait pas de question en termes de méthode. J'avais aperçu ce fait dès le départ de ma propre formation en PNL avec Colette Errera, et j'avais souhaité, sans jamais le réaliser vraiment, utiliser les exercices de PNL pour produire des objets de recherche aussi bien sur les résultats des exercices que sur les habiletés cognitives qu'ils impliquaient dans leur réalisation. De façon très prématurée, j'avais essayé dans le début des années 90 de constituer un groupe de recherche avec les membres du GECO de Nice (Maryse Maurel, Catherine Sackur, Jean-Pierre Ancillotti, François Léonard plus quelques autres dont je ne me souviens pas le nom) et Catherine Le Hir, visant à la fois à apprendre des techniques de PNL et à les étudier. Ce projet se situait juste vingt ans trop tôt !

Mais que ce soit du fait de mes pratiques personnelles le plus souvent liées à des situations de formation, ou du fait des démarches phénoménologiques, au total la mise en œuvre de l'introspection et son écriture descriptive m'était devenu familière. Au-delà de cette familiarisation, certes, toujours indispensable, elle m'était aussi devenu agréable dans la mesure où c'était une pratique que je découvrais savoir bien faire, qui était source d'un grand plaisir épistémique puisqu'elle me permettait de travailler en mobilisant toutes mes ressources. Au-delà de la découverte du plaisir que je prenais à l'écriture descriptive, je découvrais que par l'écriture réitérée se prolongeant sur des semaines et des mois permettant un approfondissement considérable, et simultanément par l'utilisation de toutes mes connaissances pour catégoriser ce qui était descriptible, j'accédais à un mode de recherche très complet et efficace. Beaucoup plus que par l'utilisation de l'entretien. De plus c'était presque toujours disponible, ce qui n'est pas le cas quand on travaille avec un informateur par entretien. Et enfin, un mode utilisable à la mesure de mes exigences de précision et de complétude. J'étais certes, limité par le fait que je ne pouvais décrire que des expériences personnelles, puisque, bien sûr, je n'avais pas d'expérience dans tous les domaines de l'activité humaine. Par exemple quand je menais des recherches sur la conduite d'incidents ou d'accidents simulés dans le domaine nucléaire, il est clair que je ne pouvais me référer directement à une

expérience personnelle n'ayant jamais été agent de conduite d'une centrale. Cependant, je pouvais chercher à me représenter expérimentalement les réponses analogues que j'avais pu produire, par exemple dans le suivi d'une consigne où je me retrouve désorienté et que je ne comprends plus. L'analogie ne portant pas sur ce qui est conduit, mais sur le rapport à une consigne et au fait qu'elle me provoque de la désorientation. Une telle analogie ne permet pas de saisir exactement l'expérience d'un opérateur de conduite d'une centrale nucléaire – qu'il faudra interviewer – mais offre une ouverture sur ce que serait de décrire une expérience de ce genre. Et ainsi, de prendre au moins conscience comment en tant que chercheur je projette implicitement cette expérience sur celle de l'autre.

Mais globalement, ma gêne était limitée puisque ce qui m'intéressait c'était les actes et les états dans la pratique de l'introspection, ce qui permettait de refermer facilement le cercle vertueux de la méthode phénoménologique. J'étais donc prêt à développer un programme de recherche sur l'introspection par le moyen de l'introspection ou plutôt l'auto explicitation. Pendant quelques années (1994- 2002), il y eut donc un double mouvement simultané et parallèle : d'une part, dans le cadre du GREX je me tournais vers l'explicitation de l'explicitation dans l'entretien et par l'entretien, donc vers l'explicitation des actes de rétrospection de l'interviewé ; d'autre part, dans le cadre de l'atelier de pratique phénoménologique je développais la pratique de l'auto explicitation (donc toujours une introspection rétrospective) et de l'écriture phénoménologique réitérée. Mais cette évolution, si elle était double du point de vue de la méthode de production de données (entretien d'explicitation et auto-explicitation) et des contextes dans lequel j'exerçais, était de plus en plus unifiée par la communauté des objets de recherche visés qui concernaient toujours les vécus de la prise de conscience et de la construction de sens. Finalement l'idée seule de l'explicitation comme méthode de recherche m'apparaissait comme plus englobante que l'idée première de la pratique d'un entretien ou plus tard de l'introspection. Mais c'était la mise au point des contraintes draconiennes de l'entretien qui m'avaient conduit jusqu'à cette étape. Je ne puis concevoir que l'auto explicitation ait pu se développer sans passer par le développement d'une technique d'entretien. Et à l'heure ac-

tuelle, j'imagine mal former des stagiaires à l'auto explicitation s'ils n'ont pas assimilé les bases de l'entretien d'explicitation. Pourtant, comme je vais y revenir, il y a des différences notables entre auto-explicitation et entretien d'explicitation, car s'il y a communauté d'objets visés, les deux pratiques présentes des modulations importantes quant au déroulement et au guidage d'un entretien ou d'une session de travail. Les avantages de l'auto-explicitation se doublent de quelques inconvénients puisque l'informateur doit aussi devenir expert en introspection actuelle et demande donc des apprentissages complémentaires.

J'avais déjà aperçu le thème de la distinction entre les buts de l'explicitation et la pratique d'une technique d'entretien particulière, je l'avais développé dans un article dans *Explicititer*, sous le titre "Détacher l'explicitation de l'entretien" (Vermersch 1998), et sa date de publication coïncide précisément avec les nombreuses écritures phénoménologisantes. J'avais voulu montrer alors que le mouvement même de l'explicitation n'était pas indissolublement lié à l'entretien du même nom (alors qu'historiquement, c'est bien l'entretien qui m'a conduit plus loin vers l'explicitation phénoménologique).

Je voudrais maintenant faire évoluer mon propos et mieux distinguer ce qui appartient vraiment au seul domaine de la pratique d'un entretien et ce qui va se retrouver aussi nécessairement dans la "pratique solitaire (seul ou seul en groupe) de l'auto-explicitation". Pratique que j'ai précisément décidé d'appeler auto-explicitation pour souligner la continuité avec l'entretien d'explicitation, et encore plus nettement avec l'idée d'explicitation. L'auto-explicitation n'est pas seulement caractérisée par la pratique de l'introspection rétrospective et actuelle, mais tout autant par la mise en œuvre réglée d'une méthode lentement mise au point et bénéficiant de toutes les années de travail basées sur l'entretien d'explicitation. Aussi avant de rentrer dans la description de l'auto-explicitation je voudrais clarifier les rapports et distinction entre situation d'entretien et session d'auto-explicitation.

## B-2 Quelques clarifications conceptuelles.

Si l'idée de base de l'explicitation est d'aider à la description des vécus pour mieux documen-

ter l'activité du sujet alors les moyens sont secondaires tant qu'ils concourent à atteindre ce résultat. Reprenons point par point quelles sont les contraintes qu'il faut accepter pour produire la description de vécu.

### - De l'action au vécu.

Tout d'abord une clarification. Ceux qui connaissent bien l'entretien d'explicitation auront été sensibles au glissement que j'ai opéré depuis "le primat de la référence à l'action" qui était le slogan fondateur de l'entretien d'explicitation et l'expression "description de vécu" qui s'y est progressivement substitué.

Au départ, faire référence à l'action c'était d'abord rendre intelligible une conduite en décrivant les étapes par lequel le sujet était passé pour produire le résultat auquel il avait abouti. Sans la connaissance du déroulement de ces étapes, les activités cognitives étaient incompréhensibles, les analyses d'erreurs ou la mise en évidence de processus vicariants et de la diversité des procédés cognitifs mobilisables impossibles.

Mais cette référence à l'action permettait aussi d'éviter d'oublier le rapport que l'on doit toujours pouvoir établir entre le discours et les actes. Comme dirait Piguet "penser à la charité" ou "parler de la charité" n'est pas être charitable. Être charitable, c'est accomplir des actes de charité (Piguet 1975). Parler de charité, c'est accomplir un acte de parole se rapportant à la charité, ce n'est pas rien, mais ce n'est pas le même acte, même si les deux se rapportent au même thème : "la charité". Insister sur la référence à l'action c'était donc ne pas procéder comme certains sociologues, psycho sociologues, et autres didacticiens des années 70 qui produisaient des interviews sur les représentations sans s'inquiéter de savoir si le discours tenu avait un quelconque rapport avec la conduite de l'interviewé. Quand je connais les actes, je peux savoir s'ils incarnent les représentations, les buts, les savoirs, les valeurs qui sont exprimés par le discours, puisque les actes eux-mêmes manifestent les savoirs, les valeurs, les représentations, les buts qui leurs sont immanents, et qui ont donc été effectivement mobilisés. Quand je ne connais que le discours, je ne sais pas si ce qu'il nomme reçoit une forme d'incarnation autre que celle d'y penser et d'en parler. Cette différence est présente par exemple en sociologie, dans l'intérêt porté aux emplois du temps (Sève 1969), qui documentent l'incarnation effective de ce qui est nommé.



Mais finalement la notion d'action que j'ai développé initialement en réaction à ce qui n'était ni le déroulement des actes, ni la dimension incarnée, recouvre tout simplement la notion d'incarnation. C'est-à-dire le fait de ce qui a été effectivement vécu, donc incarné. L'incarnation est ce qui est manifesté par la conduite d'un sujet. S'il a des pensées sur la charité, sa seule incarnation est d'avoir des actes de pensée à ce sujet, et ces actes ne manifestent pas le fait qu'il ait agi de façon charitable. En revanche, le récit de ses actes nous informera des modalités suivant lesquelles cette charité s'incarne : en actes matériels, en actes de pensées, en actes de paroles.

Finalement, on peut, sans rien perdre de la référence à l'action, étendre cette idée de "l'action" au "vécu" par le biais de notre intérêt pour l'incarnation. S'intéresser au vécu, c'est, semble-t-il, élargir notre intérêt en dépassant la seule délimitation de l'action. Mais, d'une part tout vécu est composé d'actes et il n'y a donc pas de renoncement à l'action ; d'autre part, l'idée fondamentale est celle de la référence à ce qui a été effectivement vécu par un sujet, à son incarnation, qui contient toujours, comme une composante parmi d'autres, les actes posés. Aussi quand je passe de l'action au vécu, je n'ai rien perdu de ce qui me paraissait essentiel dans le primat de la référence à l'action. Au-delà de ces clarifications, si l'on suit l'histoire de mon (notre) évolution, il est clair que l'intérêt pour les vécus d'introspection m'a conduit à étudier l'évocation, l'attention, les modes d'adressage, les modifications d'état internes, les effets perlocutoires, etc. et de ce fait à élargir l'intérêt vers des domaines où la notion d'action semblait un peu restrictive et la notion de vécu plus englobante, permettant d'intégrer toutes les facettes du vécu et pas seulement sa dimension agie. Sans pour autant perdre en quoi que ce soit l'attention au dénivelé possible entre les paroles et les actes<sup>5</sup>. Ce qui est fonda-

<sup>5</sup> Attention ! Cette différence entre parole et acte doit être bien comprise. Il y a une différence simple entre produire des actes de charité et avoir un discours sur la charité, si l'on oppose des actes de nature différentes, comme des actes matériels de donner des vêtements ou de la nourriture par opposition à un discours sur l'importance de la charité. Cela se complique un peu, si les actes sont de même nature, comme de tenir un discours (tenir un discours est aussi un acte, cf. la dimension

mental c'est la conscience de ce dénivelé possible et la nécessité de se donner les moyens de l'éviter et/ou de le mesurer. Ce qui est donc fondamental c'est de s'informer du vécu<sup>6</sup>.

#### - *Vécu et moment/situation spécifié.*

Dans la pratique de l'entretien d'explicitation nous connaissons bien l'étape initiale de focalisation de l'interviewé vers la référence à une situation spécifiée (Vermersch 1994, 2003), c'est-à-dire non pas vers une classe de situation, mais parmi toutes celles qui seraient pertinentes, une seule. Et un pas plus loin, la description de cette situation va se faire en suivant des "moments". L'idée de base est qu'il n'y a de description de vécu qu'en référence à un vécu, et il n'y a pas de "vécu en général", il n'y a pas de classes de vécu, sauf dans une conscience qui abstrait cette classe d'un ensemble de vécu. Mais alors elle travaille intellectuellement sur une abstraction qui est une classe de vécu. Ce qui a du sens pour produire des résumés, mettre en évidence des invariants, produire des énoncés de généralisation. Mais fondamentalement si l'on veut s'informer de ce qui a été vécu, il faut se rapporter à un empan temporel qui correspond à l'exécution d'un acte élémentaire, qu'il soit exécution, prise d'information, verbalisation, prise de décision ou autre. Mais dans cette manière de penser un type d'information est privilégié de manière implicite.

L'origine de l'explicitation s'ancre dans le contexte historique de la psychologie du travail qui privilégie l'analyse des actes de façon à rendre intelligible la production d'un résultat. Son prolongement dans certains objets de recherche phénoménologique s'accorde bien à ce souci de documenter minutieusement le déroulement des actes et des prises d'informa-

performative du langage). Il faut alors distinguer à propos d'un même thème entre deux usages de la parole. Par exemple entre des paroles de réconforts, qui sont des actes de réconforter et peuvent effectivement avoir l'effet perlocutoire correspondant, et un discours sur la noblesse du réconfort dans la relation humaine qui ne vise à réconforter personne (peut-être soi-même avec sa mauvaise conscience ?).

<sup>6</sup> En disant ça, je n'exclus pas pour autant l'intérêt de recueillir des traces et des observables de la conduite quand c'est possible.

tions. Mais d'autres objets de recherche sont encore possibles qui ne sont plus déterminés par la seule référence à un moment, mais peuvent chercher à se rapporter à des empan temporels plus grands, une consultation d'une heure, une demi-journée, une période de vie comme les grandes vacances, ou plus large encore comme le temps de mes études au lycée. Il est clair que la référence à ce genre de période est possible. Comme la référence à une chanson entière, ou à un opéra de plusieurs heures, ou à la totalité d'un film. Mais, il me semble que se référer ainsi à une période qui contient d'innombrables moments permet de documenter une impression d'ensemble, un climat, une résultante, des valeurs, un sentiment identitaire, un schème organisationnel, mais pas les actes posés durant cette période. Pour documenter ces actes, il faut se ramener à l'unité de temps dans laquelle ils existent et se succèdent, autrement dit le présent vivant.

Quand par exemple, nous étudions l'apprentissage de la grille de chiffre, qui dure au maximum 10 minutes, c'est une situation spécifiée puisqu'il s'agit bien de cet apprentissage et de nul autre (cette situation a son ipséité, c'est-à-dire une identité qui fait qu'elle ne se confond pas avec une autre). Mais l'empan temporel correspondant à l'exécution de cette tâche de mémorisation est déjà beaucoup plus long qu'un moment, il est déjà "une période" de quelques minutes. Je ne peux pas m'informer de cette période, du point de vue de son exécution, en la conservant comme une totalité holistique. Si je la prends sur ce mode, alors je peux accéder à des appréciations sur le climat de son exécution, ce que cela m'a fait d'y arriver ou d'échouer, qui je suis quand je fais cette tâche, qu'est-ce que je crois à propos de cette tâche, etc. Pour saisir les actes, il faut focaliser plus fin. Ainsi la description va fractionner la totalité pour en détacher des moments distincts : par exemple, le début, les premiers essais d'organisation, la décision de la manière de procéder etc. ; puis fragmenter ces moments<sup>7</sup>. L'intelligibilité viendra de la pertinence de

<sup>7</sup> Cette façon de procéder par la reconstitution des détails, n'exclue pas de faire apparaître des actes dont les buts, la permanence, couvrent des durées plus longues. Mais ces actes de plus longue portée apparaîtront à l'analyse, et seront distingués par l'analyse qui saura regrouper ce qui constitue une unité plus large que celle du moment.

cette fragmentation. Quand on veut étudier les actes, on ne peut faire l'économie de travailler sur une situation spécifiée et sur des moments précis. C'est aussi vrai dans l'entretien d'explicitation que dans l'auto-explicitation. Au total, sorti des habitudes définissant les périodes de temps comme élémentaire, on peut considérer qu'il n'existe aucune période qui le soit absolument, pas plus un moment (une demi seconde, une seconde), qu'une fraction d'heure, de journée, de semaine, de mois ou de siècle. Saisit commodément par son nom, donc par l'habitus social des temporalités, toute période peut apparaître à la fois comme une totalité et/ou comme composée d'éléments. Une journée, est ainsi, à première vue, une unité que toute le monde comprend, mais elle peut n'être qu'une unité factice du point de vue de son déroulement vécu. Ce qui est crucial c'est de savoir à quel niveau de globalité ou de fragmentation, l'on pourra documenter les informations que l'on cherche à mettre à jour.

#### *- Incarnation/implication dans l'accomplissement des actes.*

Un autre glissement de langage est en train de s'opérer pour moi. Celui qui consiste à dépasser le terme d'incarnation dans l'expression "position de parole incarnée" par exemple, pour généraliser "le rapport à ce qui est fait" comme étant impliqué ou pas. En effet, dans tous les actes cognitifs se pose la question de leur mode d'accomplissement par l'informateur, qu'il soit le chercheur dans sa posture d'auto-explicitation ou interviewé.

Historiquement, dans un premier temps, en liaison avec l'entretien d'explicitation j'ai distingué une "position de parole incarnée" d'une "position de parole abstraite", non engagée. Dans cette distinction se cache plusieurs implicites liés à la focalisation étroite sur les actes mobilisés dans l'entretien d'explicitation. L'idée de la position de parole incarnée, est que la personne soit en train de parler d'une situation passée à partir d'un acte de rappel particulier impliquant une évocation du passé, un sens de revécu, un remplissement intuitif (au sens de la phénoménologie, c'est-à-dire un remplissement contenant de la sensorialité évoquée). Ce qui était central et utilitaire, c'était une certaine qualité et une modalité particulière de l'acte de rappel qui sous tendait l'expression verbale. Une modalité particulière, puisque c'était bien une mémoire épisodique, concrète, autobiographique qui était mobilisée plutôt

qu'une mémoire sémantique decontextualisée. Une certaine qualité, c'est-à-dire le fait que le degré de remplissage intuitif de cette mémoire épisodique soit suffisant pour restituer un sentiment de revécu et permettre à tous les détails pré réfléchis de revenir spontanément.

Mais si l'on prend du champ et que l'on considère plus largement l'exécution de n'importe quel type d'acte cognitif autre que le rappel, alors apparaît aussi pour tous ces actes des modalités et une gradualité dans leur accomplissement et par voie de conséquence dans les résultats produits. C'est vrai pour un travail conceptuel (rigueur du raisonnement et des définitions, gradualité de la détermination signitive), pour une activité imageante/imaginante, pour l'acuité d'une activité perceptive, pour l'authenticité d'une présence émotionnelle. Je serais alors tenté de parler d'activité plus ou moins impliquée, dans le sens où celui qui l'accomplit peut le faire de façon plus ou moins superficielle, plus ou moins attentive, s'engageant plus ou moins dans sa réalisation.

En ce sens la position de parole incarnée ne se rapporterait qu'à la réalisation impliquée d'une verbalisation basée sur un rappel authentiquement en relation avec le vécu passé (il y a deux actes : le rappel qui peut être accompli de façon plus ou moins engagé, et la verbalisation qui de même peut être exécutée avec une implication variable). L'auto-explicitation exige dans son accomplissement la même qualité de rappel et la même position de parole impliquée fondée sur l'évocation que l'entretien d'explicitation, mais l'on verra que des aménagements s'imposeront dans la mesure où le guidage étant fait par la même personne qui opère le rappel et l'expression verbale, il faudra établir des priorités.

### B-3 Différences en entretien d'explicitation et auto-explicitation : le guidage.

En résumé, les conditions de visée d'une situation spécifiée et de position de parole incarnée doivent être respectées aussi bien en entretien d'explicitation qu'en auto-explicitation quand on veut s'informer du déroulement d'un vécu. De la même manière la recherche d'une activité de verbalisation descriptive et non pas interprétative et la poursuite d'une fragmentation jusqu'au degré de détail utile, sont propre à la démarche d'explicitation en général que ce soit

par entretien ou non. La différence essentielle entre les deux techniques va se situer entre la conduite du guidage et de l'auto guidage, avec les conséquences pratiques qui en découlent. Pour aborder ce point, il me paraît nécessaire de distinguer au moins deux types de guidage différents. Le premier que l'on pourrait qualifier de "guidage relationnel" dont l'appellation permet bien de comprendre de quel domaine il s'agit, le second de "guidage cognitif " qui concerne toutes les prises d'information sur ce qui est dit, leur évaluation, et les décisions de relance vers plus de fragmentation ou pas, vers des temps qui n'ont pas encore été exploré, en bref tout ce qui contribue à l'élucidation.

Voyons ces deux formes de guidage en les séparant, même si les décisions cognitivement fondées ne vont pas sans une activité relationnelle avec soi-même et réciproquement.

#### *B-3.1 - Guidage relationnel.*

Dans l'entretien, l'intervieweur exerce plusieurs expertises relatives au guidage. Il a des compétences relationnelles qui lui permettent d'accueillir l'autre, de négocier un accord sur les buts poursuivis en commun, sur les limites qui seront respectées. Il sait repérer les indicateurs de mise en évocation, de visée d'une situation spécifiée, de présence d'une peur de rappel etc. et a développé de nombreuses stratégies -respectueuses de l'autre- pour le ralentir, le réorienter vers une plus grande proximité avec son vécu passé, pour le guider vers l'approfondissement d'un point, pour l'empêcher de rester dans un commentaire, dans la seule verbalisation du contexte etc. Tout cela, l'interviewé n'a ni besoin de savoir le faire, ni besoin de s'en occuper, quelqu'un s'en préoccupe pour lui, et s'il y consent, il se laisse guider. En conséquence, il peut, s'il a confiance, se reposer sur l'accompagnateur et rester principalement en relation avec le vécu passé qu'il s'essaie à décrire.

Dans l'auto explicitation en revanche, l'informateur se trouve seul, mais pour autant toutes les attentions relationnelles qui sont mobilisées par un intervieweur doivent aussi être présentes. Commencer une auto explicitation sans avoir vérifié que l'on est bien d'accord avec soi-même pour la faire, que l'on est au clair avec le but poursuivi ou avec la décision de ne pas s'en donner immédiatement, renouveler cet accord avec soi-même quand les difficultés surviennent etc. tout cela doit faire l'objet d'une négociation avec soi-même, au risque de rester

coincé si ce n'est pas fait, ou si c'est mal fait. Comment comprendre cette nécessité de s'accompagner soi-même ? Pourquoi de moi à moi n'y a-t-il pas accord ou désaccord immédiat ? Le modèle d'intelligibilité de cette question me semble reposer sur la notion de multiplicité des moi, ou encore de co-identités voir pour certains auteurs de sub-personnalité, les trois vocables désignant la même chose. Dans une telle conception, une possibilité est ouverte à ce que la personne ne soit pas un tout unifié, et puisse avoir en elle-même des co-identités qui par rapport à une décision, un travail à faire, un obstacle à surmonter ne sont pas dans le même point de vue et produisent des contradictions, des blocages, des évitements, des stagnations, des refus. La PNL dans les étapes de négociation d'une aide au changement utilise beaucoup cette conception de façon plus ou moins implicite. (Je ne connais pas d'ouvrage de PNL qui traite de ce point directement, même s'il très souvent impliqué par les pratiques).

Par exemple, cette technique va demander à la personne qui conçoit un changement possible dans l'avenir : qu'elle se demande " si toutes les parties d'elle-même sont d'accord pour que ce changement se fasse ?", et d'écouter la réponse, puis d'entreprendre une négociation pour déterminer à quelles conditions ce changement pourrait s'accomplir avec l'accord de toutes les parties. Ou bien elle peut lui demander "si elle aimerait devenir la personne qu'elle serait si elle se comportait de cette nouvelle façon ?"

Dans tous les cas il s'agit de donner la parole à des co-identités qui peuvent avoir un avis différent, qui ont peur, qui envisagent le changement apparemment souhaité comme ayant des effets nocifs ou des pertes insupportables jusque-là inaperçus, qui veulent protéger quelque chose de plus précieux pour l'individu que le changement sur lequel il focalise.

Dans le début d'une session d'auto explicitation, l'expérience nous a montré que la négociation préalable avec soi-même pouvait s'imposer (de beaux exemples dans (Lesourd 2005; Lesourd 2006). Des témoignages attestent (Grex 2006) que se tourner vers cette activité pouvait susciter des peurs : peurs de ne pas se souvenir, peur de ne pas savoir écrire, peur d'être seul devant ce travail, peur de s'isoler en le faisant, peur de ne pas dépasser une description superficielle et inutile etc. Ces peurs s'expriment directement comme "effroi" (Vermersch 2005) ou plus indirectement comme des "pas envie", "sentiment d'inutilité",

"impossibilité de trouver un exemple" ou le symétrique "trop d'exemples pour en choisir un" ou une variante du genre "à quoi bon d'en choisir un, ils sont tous également intéressants", d'autres n'ont pas peur du tout mais juste cela les met en colère.

Dans la pratique de l'auto-explicitation il y a une compétence relationnelle à développer du rapport avec soi-même : se demander si l'on est d'accord pour faire telle ou telle chose, se parler gentiment, ne pas se critiquer violemment<sup>8</sup>, et finalement se parler tout court pour se demander "si l'on est d'accord pour prendre le temps de faire un travail d'auto explicitation", et d'attendre la réponse pour vérifier si l'accord est là, ou encore s'il est là mais assorti de conditions, ou s'il n'est pas là du tout. On reconnaît dans ces exemples, les tournures utilisées dans l'entretien d'explicitation pour mettre en place le contrat d'attelage (Allons-nous tirer ensemble dans la même direction ? Sommes-nous d'accord sur la direction commune ?<sup>9</sup>), pour amorcer un contrat de communication etc. Certains d'entre-nous n'ont pas besoin de se formuler verbalement ce genre de question, il leur suffit d'en exprimer non verbalement l'intention (kinesthésiquement, visuellement, affectivement etc.). Mais pour ceux qui ne sont pas au clair avec leur manière d'interagir avec eux-mêmes, il est vivement conseillé de se parler, de le faire en phrases complètes comme on en trouvera des exemples dans la pratique de l'entretien d'explicitation. La pratique de Francis Lesourd dans ses exemples d'auto explicitation en est un bon exemple (Lesourd 2007).

<sup>8</sup> Rien de ce que je liste là n'est interdit, si vous parlez à vous-même de façon dure, ou de toute autre manière que celle que je préconise, ou ne pas vous parler du tout, s'est avéré comme étant la manière judicieuse, fertile, de procéder, il me paraît clair qu'il faut continuer de cette manière. Ce que j'écris là est le reflet de mon expérience personnelle dans la pratique de l'auto-explicitation, et surtout dans ma pratique de formateur et d'accompagnateur en auto-explicitation. J'ai pu constater pas mal d'échecs venant de personnes qui "se parlent mal", qui se jugent négativement, qui exigent impérativement des choses d'elle-même.

<sup>9</sup> Je ne donne pas là les formulations des relances utilisées dans l'entretien, mais plutôt les formulations des intentions qui président aux relances.

Cependant une des compétences relationnelles mises en œuvre par l'intervieweur concerne la canalisation vers des types d'informations privilégiées au sein de tout ce qui est exprimé spontanément par l'interviewé, le modèle des domaines de verbalisation complété de celui plus restreint des informations satellites donne des indications en ce sens (Vermersch 2006). Pour réguler cette direction de parole, l'interviewé utilise une interruption, une récapitulation, suivie d'une redirection (la manœuvre de réaiguillage). Ce faisant, il intervient, il interromp la production spontanée de l'interviewé. C'est une des caractéristiques de l'entretien d'explicitation que d'être directif quant aux directions de parole (les domaines de verbalisation), de privilégier activement par l'intermédiaire de la grille des "informations satellites de l'action" la verbalisation descriptive plutôt qu'un discours d'interprétation ou de commentaires. Notez, que ce faisant l'entretien reste non directif dans le sens où l'intervieweur est très attentif à ce que la verbalisation se fasse dans le vocabulaire de l'interviewé. L'intervieweur se comporte de telle manière qu'à la fois il interromp l'autre et à la fois il n'interrompt pas vraiment le processus d'absorption dans l'évocation. En tous les cas il essaie d'apporter l'aide nécessaire pour que l'accès à la situation passée ne soit pas interrompu, ou soit renoué facilement en "retraçant"<sup>10</sup> pour l'autre là où il en était.

Cette forme de continuité ponctuée d'interruption n'est possible que parce que l'intervieweur est porteur du travail de continuation, et qu'un tel mode d'intervention s'est avéré possible et efficace.

Dans l'auto explicitation, comme dans tout travail d'introspection, une partie de la conscience réfléchie du sujet, est témoin en temps réel du déroulement de l'explicitation sinon il n'y aurait pas de guidage possible. Autrement dit cette position de témoin est une autre manière de désigner l'introspection actuelle, elle s'apprend, elle se cultive.

Une manière simple de l'apprendre est d'être

<sup>10</sup> Retracer : Technique de reprise de l'évocation qui consiste à décrire à l'autre, avec ses propres mots et expressions, ce qui l'a conduit au point où il en est. Le tout accompagné d'une modulation vocale vers la lenteur et la douceur pour parler comme si l'intervieweur s'effaçait progressivement, pour laisser la place à l'autre.

interviewé, dans la mesure où par la répétition de ce rôle survient de façon incidente la conscience de la qualité de son évocation, du caractère plus ou moins descriptif, plus ou moins précis de son discours, mais aussi une conscience de ce que fait l'intervieweur, de l'effet de ses questions, de son accompagnement, de son écoute. Le fait d'être interviewé sur le mode de l'entretien d'explicitation, en particulier en mobilisant de façon impliquée l'évocation produit une prise de conscience non seulement de ce qui est évoqué (V1), mais aussi de l'acte même d'évoquer et de tout ce qui l'entoure et qui est caractéristique de ma manière d'évoquer. Il y a là un apprentissage indirect, un apprentissage incident. Mais il est fréquent dans la formation à l'entretien d'explicitation que l'interviewé soit questionné après coup (V2 durant la formation) sur la conscience qu'il peut avoir de ces actes, et ce second questionnement a un effet cumulatif sur le regard que peut porter l'interviewé sur le déroulement de l'entretien même quand il est vraiment en évocation. J'insiste sur le fait que ce témoin se construit par et dans la pratique, même s'il appartient au style cognitif de chacun d'être plus ou moins spontanément tourné vers une conscience réfléchie de son vécu au moment même où il le vit. Cette compétence peut aussi s'apprendre à l'occasion de l'exercice d'autres activités que l'entretien d'explicitation, ce qui a été mon cas, en particulier toutes celles qui tournent l'attention vers le monde intérieur, le sensible, la proprioception et qui forment des questions d'appréciation que l'on pose entre les temps d'exercice dans des méthodes comme la gymnastique douce, la relaxation, l'approche Feldenkrais, la gymnastique sensorielle, etc. ; mais c'est le cas aussi de toutes les activités de méditation, toutes les activités qui demandent de développer un contrôle en temps réel de l'activité en cours (musicien, comédien, peintre) ; sans compter toutes les activités psychothérapeutiques ou confessionnelles qui mobilisent une conscience de soi de façon délibérée.

Cependant la notion de témoin est délicate dans la mesure où s'il y a témoin, c'est précisément pour éviter d'intervenir activement, éviter de critiquer au fur et à mesure, éviter de stopper le mouvement en cours. Le témoin n'est pas dans ma conception (mais sur ce point, je n'ai jamais rencontré un point de vue différent), un censeur, il se contente de prendre acte de ce qui se passe, sans intervenir. Et l'ac-

tion qu'il produit agit largement par le seul fait de reconnaître ce qui est en train de se passer. Par exemple, si dans une méditation, je reconnais que je suis tendu, le reconnaître est la fonction discrète du témoin dans la pratique de l'introspection actuelle. Mais je ne cherche pas alors à provoquer une détente, je suis présent à la tension, je la connais et je la reconnais, et ce faisant l'équilibre des tensions/ détentes se modifient par une transformation spontanée vivante. Dans l'auto-explicitation, le témoin n'est pas là pour interrompre le flux, mais pour accompagner ce qui se passe. Accompagner signifie à la fois ne pas faire certaines choses qui risquent de provoquer une interruption, et aussi savoir faire des choses qui ont un effet modulateur sans interrompre le flux. Le modèle est celui de la danse, il y a bien un guidage d'un partenaire, mais ce guidage produit du mouvement partiellement dirigé. Sauf que l'on danse avec soi-même. Le sujet a conscience en tant que praticien expert du moment où par exemple il passe dans le commentaire, mais ce faisant il n'interrompt pas ce commentaire, il ne cherche pas à intervenir sur la dynamique de production comme il aurait probablement cherché à le faire en entretien d'explicitation. Ce qui apparaît donc nécessaire, c'est que même quand le témoin a conscience d'une dérive qu'il serait idéalement souhaitable d'éviter, le flux de production ne soit pas interrompu tant qu'il dure.

La conclusion est que dans l'auto-explicitation il faut toujours privilégier sur le court terme l'accompagnement du flux expressif, ne pas l'interrompre, et pour cela ne pas se critiquer violemment, ne pas réagir négativement. Pour le coup, les personnes déjà formées à l'entretien d'explicitation risquent plus que d'autres d'avoir des réactions d'intervieweur. C'est-à-dire qu'apercevant quelque chose à propos duquel ils interviendraient dans un entretien, ils soient critiques et interventionnistes vis-à-vis d'eux-mêmes. Mais en auto-explicitation le redémarrage, après une interruption provoquée, s'avère souvent difficile, il faut se remettre soi-même en condition, repartir d'une véritable intention d'évocation qui n'est plus là. Il faut quitter le but de l'explicitation pour viser à nouveau le but de recréer les conditions de l'explicitation.

Là aussi nous avons maintenant des témoignages sur la difficulté à reprendre quand on s'est soi-même interrompu. Il semble que dans l'auto-explicitation il faille de préférence éviter

de s'interrompre quand la vague productive est là.

Autrement dit, il faut privilégier la continuité du flux expressif. Je dis bien "flux expressif", et non privilégier l'évocation ou la description comme ce serait le cas en entretien du point de vue de l'intervieweur. En effet dans l'entretien le fait que l'interviewé s'exprime ne garanti en rien l'intérêt, la pertinence, la qualité de ce qui est exprimé, et l'intervieweur canalise, guide, cette expression. Mais dans l'auto-explicitation ce qui est à privilégier c'est l'accompagnement de la production expressive.

Et quand la vague de ce flux s'épuise, qu'elle s'interrompt d'elle-même, il est possible de procéder à un "revirement". Au lieu de continuer à toute force à viser ce qui se donnait auparavant et qui a arrêté de se donner, je peux m'arrêter, et modifier ma direction d'attention de façon à pouvoir évaluer, juger, apprécier l'expression qui a été produite. Je peux précisément le faire à partir des critères qui viennent de l'entretien d'explicitation et qui ont été appris dans la formation à l'entretien d'explicitation. Et là, en réponse à cette appréciation je peux me demander de redémarrer d'un moment précis, de reprendre à un niveau de fragmentation plus fin etc. Au lieu que la régulation expressive se passe au fur et à mesure comme nous essayons de le faire dans l'entretien, dans l'auto-explicitation nous attendons que le flux s'interrompe de lui-même et ouvre une fenêtre d'appréciation et de reprise.

Comme on peut le voir, un nouveau vocabulaire s'introduit pour décrire la dynamique de l'auto explicitation : la notion de flux qui nous était inutile pour caractériser le déroulement de l'entretien, puisque la continuité était assurée par l'intervieweur ; la notion de vague, dans la mesure où l'expérience montre que le déroulement d'une session d'auto-explicitation est rarement linéaire et continue, mais que des élans successifs produisent des résultats jusqu'à un arrêt, comme si le gisement s'était provisoirement épuisé.

Paradoxalement au lieu de privilégier la recherche de la continuité de la focalisation et la qualité de l'évocation, l'auto-explicitation privilégie le mouvement de l'expression tout en visant à rejoindre l'évocation, la situation spécifiée, la description. Mais elle rejoint ces exigences par un mouvement plus indirect, scandé par des reprises. En conséquence, une session d'auto-explicitation ne peut être conçue comme dirigée par un contrôle préalable, mais comme

une ouverture dont on accepte d'avance le caractère provisoirement limité, imparfait, engendré par la manière même dont l'auto-explicitation se donne. Le dépassement de cette limite se fera rarement au sein d'une seule session, mais dans presque tous les cas par un travail patient de reprises de répétitions. Si c'est l'expression qui est privilégiée, quelle que soit la nature des matériaux, description, commentaires, reconstructions, analyses, cela ne veut pas dire que tous ces matériaux seront plus tard traités comme équivalents par le chercheur. Mais cela signifie que je ne peux que contrôler a posteriori ce qui est produit.

En conséquence, je ne conçois l'auto-explicitation à vocation de recherche que comme une activité répétée, basée sur une multiplication des sessions au long d'une période de travail de plusieurs semaines, voire de plusieurs mois.

Dans mon expérience, comme dans celle des personnes qui ont cherché à approfondir une auto-explicitation, la production d'une seule session n'est certes pas dénuée d'intérêt, mais n'est pas comparable en quantité et en précision avec ce qui peut être obtenu sur plusieurs sessions. Ces différences entre entretien d'explicitation et auto-explicitation m'amènent à me questionner sur la pertinence de conduire une auto-explicitation comme un entretien d'explicitation. Je pense aux exemples récents de Lesourd (Lesourd 2007). Le produit d'une seule session paraît maigre, même si le chercheur a évalué a posteriori que c'était suffisant pour son projet (discussion lors du séminaire du Grex de Février 2007, et discussion ouverte pour les prochains séminaires). Pour ma part je ne partage pas son évaluation, même si j'accepte son choix pragmatique puisque le degré de précision ou de complétude est fonction des buts de recherche que l'on poursuit.

De plus, à n'utiliser en permanence que des questions formulées comme dans un entretien, n'y a-t-il pas un risque d'induction encore plus grand que lors d'un entretien ? Il est clair que dans un entretien, les relances qui visent à produire de nouvelles données sont les relances les plus délicates à formuler, jusqu'à quel point peut-on être l'intervieweur de soi-même ? L'auto-explicitation, dans mon esprit, n'est pas un entretien, je ne suis pas l'intervieweur de moi-même, je suis dans une position moins détachée, je suis plutôt accompagnateur à la fois amical et exigeant. Cependant, notre expérience collective est encore limitée et je ne saurais exclure la possibilité de dispositifs vica-

riants, certains convenant mieux aux talents particuliers des uns ou des autres. Je pense, je souhaite, j'espère bien, que nous n'avons pas fini d'échanger et de comparer nos expériences sur ce point.

Si l'on reste avec cette idée d'accompagnement du flux expressif comme condition prioritaire dans la conduite d'une session d'auto-explicitation, cela n'est pourtant pas totalement incompatible avec le fait de se poser des questions du style "entretien d'explicitation". L'accompagnement n'est pas synonyme d'un non agir total. Mais il me semble qu'il faut alors distinguer entre deux types de questions : 1/ celles qui essaient d'initier une direction d'exploration et 2/ celles qui modulent la direction en cours. Ainsi, si je privilégie cette seconde catégorie, quand je m'entends décrire un résultat, un jugement, il est facile d'accompagner le flux expressif d'une légère intervention du style "à quoi tu (je, il, elle) reconnais que ... ?", "comment tu le sais ?", "et comment tu le fais ?", "qu'est-ce tu prends en compte ?", "Et juste avant ... ?", "et ensuite ?" etc. Ce sont des questions<sup>11</sup> qui ne sont là que pour faire préciser une information à partir d'une information déjà donnée et qui comme dans un entretien ne rompent pas le flux, ou plutôt n'interrompent que sa progression temporelle en maintenant la personne sur le moment qu'elle décrit et en la canalisant encore plus vers le vécu qui est en cours de description. Ce qui est interrompu c'est la progression narrative, ce qui est poursuivi c'est la relation avec le vécu passé, qui est même amplifiée vers plus de remplissage. Avec l'expertise de l'entretien d'explicitation il est facile de mobiliser ce genre d'accompagnement par des relances faisant accroître la précision et les proximités temporelles.

- *Le guidage cognitif : début, visée à vide, élucidation,*

À côté de ce guidage relationnel, on peut distinguer un guidage cognitif, dont la question précédente de l'accompagnement du flux expressif a déjà amorcé le thème. En effet respecter le flux expressif, quitte à l'infléchir par des relances visant à produire plus de préci-

<sup>11</sup> A noter que comme toujours, certains se posent des questions sans les subvocaliser, je veux dire sans les formuler verbalement. Mon idée n'est pas de restreindre les interrogations que l'on s'adresse à soi-même à des énonciations.

sion, c'est à la fois une expertise relationnelle de soi à soi, et une intelligence de la production d'éléments d'élucidation complémentaires au moment même où la possibilité apparaît de l'accomplir. Mais cette intelligence de l'exécution de la tâche d'une session d'auto-explicitation va beaucoup plus loin, même si pour la mettre en œuvre on aura toujours besoin de savoir se traiter avec douceur et respect.

Reprenons quelques éléments du guidage cognitif dans la pratique de l'auto-explicitation. Probablement faudrait-il revenir en préalable sur la nécessité de ne pas être naïf. Ce n'est pas parce que j'ai de bonnes intentions que je vais réussir ce que j'entreprends. J'ai connu indirectement plusieurs projets de thèse qui voulaient se fonder sur l'introspection, dans un mouvement très proche de celui présent à la fin du 19<sup>ème</sup> siècle, et qui ont totalement capoté ! En plus de la motivation, il y faut des savoirs faire, un apprentissage, une transmission sociale. C'est le rôle que je donne à l'apprentissage des techniques de l'entretien d'explicitation. À la fois en tant qu'intervieweur pour maîtriser la description, la fragmentation, la formulation des relances ou la reconnaissance de leurs intentions éclairantes, mais tout autant en tant qu'interviewé. Puisque dans ce dernier rôle, j'apprends de façon incidente à me rapporter à moi-même, à viser un passé qui ne se donne pas encore, à goûter le vécu de l'évocation, à découvrir la possibilité d'aller dans des niveaux de détails dont je n'avais pas idée que cela soit seulement possible, à faire l'expérience du réfléchissement, de la mise à jour au plan de la conscience réfléchie ce qui n'était que simplement vécu, pré réfléchi. Dans un stage de formation à l'entretien d'explicitation, les stagiaires au moment où ils servent de sujets aux intervieweurs apprennent tout autant que ces derniers. Ils acquièrent les bases qui leur permettront -s'ils sont intéressés- de pratiquer l'auto-explicitation.

Rappelons qu'il faut acquérir une double expertise, celle de l'introspection rétrospective dans son aspect éclairant, descriptif, analyseur, et celle de l'introspection actuelle. La seconde sans la première ne donne pas une compétence de chercheur, la première sans la seconde ne permet pas la pratique de l'auto-explicitation. Ces propos tranchés peuvent bien sûr être nuancés par le fait qu'aucune des deux pratiques ne s'opèrent sans que l'autre y soit un peu mêlée : les souvenirs de l'introspection actuelle poussent à l'élucidation, la pratique de l'intros-

pection rétrospective (dans ses deux rôles : intervieweur et interviewé) est cause de moments d'introspection actuelle.

Un apprentissage du mouvement de se tourner vers soi-même comme dans la méditation, la relaxation, l'examen de conscience est certainement une aide, mais l'expérience m'a montré qu'il ne prépare qu'à une partie des compétences que l'auto-explicitation réclament. Alors que vu d'un peu loin, sans rentrer dans l'expérience de la verbalisation descriptive, il semble que l'un et l'autre sont très proches. Pourtant, par exemple, malgré son expertise d'instructeur en méditation, Francisco Varela ne savait pas spontanément décrire ses vécus dans la perspective d'une recherche phénoménologique, en revanche à quelle vitesse il intégrait les remarques permettant de produire plus d'élucidations. Il possédait à un très haut degré les compétences d'introspection actuelle, mais relativement peu de pratique de l'élucidation basée sur l'introspection rétrospective. Je pourrai prendre d'autres exemples connus, ou à chaque fois la compétence apprise et exercée de longue date pouvait être mobilisée très vite, mais où il manquait ce qui fait la technicité de l'explicitation.

La pratique du dessin de vécu (Vermersch 2005) comme j'aime nommer l'auto-explicitation est une pratique experte qui s'apprend, qui s'exerce, qui se développe et se perfectionne et qui se transmet.

Revenons aux temps de guidage cognitif.

#### **-- Des "sessions" d'auto-explicitation.**

Le premier point qui se détache de toutes les expériences les plus récentes est la nécessité de se donner un cadre de travail. C'est-à-dire se donner "des sessions" d'auto-explicitation, des temps déterminés où l'on pratique cette activité. Ces sessions sont automatiquement apportées par le fait de travailler dans le cadre d'un groupe de co-chercheurs, ou d'un atelier de pratique. C'est-à-dire que chacun écrit dans son coin, mais en présence d'autres qui ont la même activité (ou pas). La présence d'un autre me contient dans mon projet, dans mon cadre temporel, cerne mieux le fait que ce temps-là est "une session d'auto-explicitation".

Quand on travaille seul, décider de planifier une session donne des points de repère, l'auto-explicitation ne constitue pas alors une activité annexe ou parallèle, entre des coups de fils ou pendant une pause café. (Bon, là encore, je ne suis pas en train de faire une liste d'interdits, donc pourquoi pas, si c'est comme ça que cela



marche pour vous). Le fait de se donner un temps déterminé, le caractère exclusif de l'activité poursuivie, vont permettre pour beaucoup de mieux gérer les temps de vide, d'interruption, de peur, d'indécision. Même si je ne produis plus grand-chose, je reste à travailler en auto-explicitation pendant la demi-heure que j'ai dédiée à cette activité. Cela ouvre de l'espace à l'attente, à l'ouverture non focalisée, à la surprise du remplissement qui advient alors que j'ai renoncé tout en ne lâchant pas totalement mon projet. La possibilité d'avoir et de vivre tranquillement des temps "vides de remplissement" me semble une nécessité dans la construction des compétences à l'auto-explicitation. Par exemple dans le stage de formation à l'auto-explicitation, certains exercices sont proposés de telle manière que chaque stagiaire aboutisse à une impasse, à un blocage, à une saturation, à un blanc. Et c'est précisément à ce point que de nouvelles ressources peuvent émerger et constituer les futures compétences expertes dans le dépassement des difficultés liées au fait que l'explicitation ne se donne pas de manière continue en permanence, mais se produit souvent par vagues successives. L'arrêt de chaque vague s'accompagne presque toujours du sentiment qu'il n'y aura plus rien après, que c'est fini, alors que l'interprétation probable est que l'on est encore au contact d'un mouvement attentionnel dans une direction qui s'est épuisée. Mais des directions attentionnelles et des objets attentionnels à décrire dans un même moment vécu, il y en a toujours un nombre indéfini ! Il faut seulement attendre que la direction attentionnelle précédente non seulement se soit épuisée, mais qu'elle soit désengagée de sa visée, et alors viser à vide une autre direction, vers une autre couche, d'un autre point de vue, en changeant de degré de résolution, de granularité.

**-- Les difficultés du démarrage d'une session d'auto-explicitation.**

Je ne reviens pas sur la nécessité d'une négociation avec soi-même et la mise en place consentie d'un cadre et d'un but.

Le temps suivant est de choisir un vécu qui va servir de vécu de référence V1, pour ce faire au moins trois cas de figures sont possibles : 1/ soit que je me propose une activité dont je sais qu'elle va me servir ensuite de matière à explicitation (Lesourd 2007), 2/ soit que je lance en moi une intention éveillante vers une situation passée qui nourrirait mes buts de recherche (cf. Berger dans ce numéro), 3/ soit -comme cela

m'est arrivé pour l'exemple que j'ai développé à partir de la pratique de l'orgue (Vermersch 2005)-, qu'un événement m'apparaisse brutalement comme un bon exemple de ce que je cherche à étudier et que j'ai la présence d'esprit de le reconnaître et de le conserver.

1/ Le premier cas à l'avantage de donner avec certitude un matériau d'explicitation. Il a l'inconvénient que j'avais déjà noté depuis longtemps d'enclencher une activité provoquée dont je sais déjà qu'elle va servir à l'analyse et qui est déjà vécu avec la conscience d'avoir à noter ce qui se passe pour pouvoir le décrire plus tard. Certains phénomènes sont du coup impossibles à étudier dans ce paradigme, dans la mesure où ils reposent sur un effet de surprise, sur l'absence de préparation préalable comme le serait la survenue d'une désorientation, d'une émotion, ou simplement d'apercevoir comment je me dispose avant qu'une chose m'arrive. Pour atténuer ce biais de préparation, dans l'atelier de pratique phénoménologique nous avons dévolu à l'un ou l'autre la tâche de préparer une consigne. Ainsi, même si nous savions que nous étions réunis pour nous exercer à la description phénoménologique, nous ne savions pas nécessairement quel était le thème. Cela pouvait en particulier donner lieu à des consignes rétroactives : stop ! : vers quoi votre attention était elle tournée juste avant que je vous dise "stop".

2/ Le second cas est un des plus pratiqués dans l'entretien : "je te propose, si tu en es d'accord, de prendre le temps de laisser revenir ...". Réalisé seul, il pose souvent le maximum de difficultés inhérent à la pratique de la "visée à vide" (Vermersch 2006). Dans un entretien, l'accompagnement, la présence, la fonction de contenant de l'intervieweur facilite ce passage où rien ne se présente encore. Le faire seul, pour beaucoup, c'est se faire une frayeur sur la possibilité qu'il y ait une réponse en retour à l'intention éveillante. Ou encore, c'est lancer une intention éveillante d'une manière qui a peu de chance de rencontrer un écho. C'est bien sûr tout l'art de se demander à soi-même d'une manière qui corresponde à une "vraie demande", une qui produit une réponse. Nous sommes revenus là dans une des dimensions les plus délicates des compétences d'auto guidage : comment m'accompagner moi-même dans toutes les phases où il n'y a pas, pas encore ou plus du tout de remplissement ? La solution théorique à cette difficulté nous est maintenant bien connue : attendre dans l'ou-

verture l'accomplissement d'un processus émergent dont je n'ai pas de contrôle sur son déroulement et son résultat. Mais attendre sans lâcher prise sur l'attention portée à un résultat possible. Délicat équilibre entre un lâcher prise et un maintien en prise. Lâcher prise de l'obtention d'un résultat, maintien en prise vers la possibilité qu'un résultat se donne ! En complément, dans les temps de formation, je dois apprendre à reconnaître quelles sont les ressources dont je dispose dans des situations d'attente, dans des situations apparemment frustrantes, mais qui ne sont que des passages intermédiaires vers des remplissements à venir qui eux ne se donnent pas à la commande. Mais précisément, les solutions qui marchent pour moi, et spécifiquement pour chacun d'entre nous, sont des solutions dont nous devons découvrir dans l'expérience de la difficulté quelles elles sont, comment je m'y prends avec moi-même pour me souvenir de les mobiliser, d'y croire, de le faire vraiment ... Bref, les solutions théoriques ne sont que la formalisation d'expérience "d'anciens combattants" et ne saurait faire faire l'économie de la découverte des siennes au sein de l'expérience. Tout au plus dans un cadre de formation ou d'atelier de pratique l'animateur peut-il essayer de créer en connaissance de cause les conditions qui conduiront chacun à rencontrer les difficultés et à découvrir comment il les surmonte !

3/ Le troisième cas est certainement le plus juste, mais son inconvénient majeur est qu'il ne se planifie pas ! Pourtant, il est clair que lorsqu'on est dans une préoccupation de recherche précise, peut se dégager au fil du temps une compétence à saisir dans son vécu l'exemple qui précisément documente l'objet de la recherche qui est à l'actualité. Dans mon propre exemple, déjà cité, je vivais alors en permanence avec un horizon d'intérêt pour les propos de Richir sur "le sens se faisant". J'avais écrit (Vermersch 2005) une petite présentation d'un bref passage qui m'avait paru particulièrement éclairant d'un de ses grands livres. Et d'un coup, je m'aperçois que je suis précisément en train de vivre une situation où un sens est apparu et où en même temps je ne le saisis pas. Je l'ai vu, et il m'a fallu deux jours pour me décider à le saisir, puis plusieurs semaines pour le développer. Dans le même temps, d'autres chercheurs, prêts à contribuer à ce thème, restaient coincés par l'absence d'exemple, par un trop plein d'exemples les empêchant d'un choisir un, bref par l'impossibilité d'entamer une

auto-explicitation d'un vécu de "sens se faisant".

Le point d'entrée est donc la première difficulté à surmonter. Ce qui ne veut pas dire que tout le monde ait toujours une difficulté à surmonter pour démarrer. Mais j'ai tendance à prendre moins de temps pour parler de ce qui va de soi que des difficultés fréquemment rencontrées.

#### **- Le déroulement d'une auto-explicitation.**

Après avoir introduit les notions de flux et de vague, et avoir montré que dans l'auto-explicitation ce qu'il faut privilégier c'est le flux expressif, il est clair que la conduite du déroulement d'une auto-explicitation se soumet pour une bonne part à l'écoute et la notation de ce qui vient. Les moments de régulation sont essentiellement des moments de reprise, des moments où l'attention vise ce qui vient de se passer et procède à un "revirement" pour reprendre le mot de Richir, avant de repartir de nouveau vers l'expression à partir d'un redémarrage.

#### **- L'expression.**

Dans le temps où l'on est porté par le flux expressif, il est cependant toujours possible de suspendre ou de ralentir l'avancement énonciatif. En effet son mouvement spontané conduit toujours à aller plus avant vers les phases suivantes. Je peux agir sur la dynamique de ce mouvement sans l'interrompre, à ce moment je peux en continuant à aller avec le flux fragmenter vers la prise d'information sous jacente, vers un niveau de détail des opérations élémentaires composant l'action qui vient d'être décrite.

. Le rôle facilitateur des différents supports d'expression.

Il faut peut-être souligner à quel point le mode d'expression que l'on utilise est important pour accompagner le flux expressif. J'écarte de mon discours le traitement des modes expressifs non verbaux qui sont à eux-mêmes leur propre support d'expression et qui ne seront probablement bien saisis que par une vidéo, de façon à en permettre plus tard la transcription verbale sans laquelle il n'y a pas de recherche. Si je reviens à l'expression verbale, il est apparu important de savoir si l'on était à l'aise dans un mode oral, auquel cas il faut s'enregistrer et transcrire ensuite, ou bien dans un mode écrit. Mais dans ce dernier cas, les détails bien connus de tous les écrivains sont importants, est-ce que j'ai à tout prix besoin d'un ordinateur

et le clavier est alors le médium privilégié, ai-je au contraire, besoin d'écrire avec un stylo, un crayon, sur de belles feuilles de brouillon fabriquées spécialement pour moi sur commande (sic, j'en connais au moins un exemple) ou sur mon cahier fétiche. Par exemple, dans le stage d'auto-explicitation du mois de décembre 2006, plus de la moitié des participants travaillait sur un ordinateur portable. Certains l'ont abandonné pour revenir à l'écriture manuscrite, puis l'ont repris plus tard. Moi qui croyais ne pas pouvoir m'en passer (je travaillais à mon propre exemple en cours, pendant que les stagiaires travaillaient sur le leur), j'ai bien travaillé dans un minuscule carnet à re- liure spiralée.

. Le choix d'une écriture complète versus une notation abrégée.

Pour ma part, j'ai très vite renoncé à la rédaction télégraphique avec des tirets, des listes et des indications schématiques. Je me suis rendu compte qu'en écrivant tout le temps des phrases complètes, l'exigence d'intelligibilité appelaient des développements et des enrichissements du seul fait de chercher à l'exprimer de façon pleine. Les rares occasions où j'ai voulu écrire avec des notations abrégées, j'ai été ensuite incapable de m'en servir comme base pour une écriture développée (à laquelle il faudra aboutir de toute façon). Dans l'atelier de pratique phénoménologique, il me semble me souvenir que les personnes qui pratiquaient une écriture abrégée ne produisaient quasiment jamais un compte rendu complet, précis. Mais il est nécessaire de disposer de plus de témoignages sur ce point pour savoir si le conseil de procéder par écriture pleinement développée est généralisable ou pas.

. La (re)découverte des effets des postures narratives (posture du narrateur).

Un point que je connaissais par quelques exemples littéraires et un article dans *Expliciter* de Catherine Le Hir (Le Hir 2000) concerne l'utilisation de différentes postures narrative qui avaient été un peu abordées au fil du séminaire de recherche du GREX, mais peu investit sinon par J. Gaillard (Gaillard 2002). C'est-à-dire le fait d'écrire dans une posture en "Je", "tu", "il ou elle", ou encore en utilisant son prénom, un diminutif ou même un titre ou son patronyme complet. Le stage 2006 d'auto-explicitation a fait découvrir à plusieurs que le changement de posture narrative, pouvait faciliter ou rendre plus difficile l'écriture, mais surtout que suivant la position adoptée ce

n'était pas les mêmes informations qui venaient à la conscience et sous la plume. J'espère que nous aurons dans les prochains numéros des témoignages complémentaires à ceux qui sont présents dans celui-là (cf. les articles d'Eve Berger et d'Armelle Ballas).

Mais un des résultats les plus intéressants est la facilitation induite par l'utilisation de la troisième personne du singulier (il ou elle). Plusieurs des stagiaires ont eu l'impression de se découvrir une véritable compétence littéraire, et en tous les cas d'être à même de produire beaucoup plus que ce qu'ils étaient accoutumés à faire. Pour certains, cela a même été un véritable déblocage de l'écriture. Eve Berger, en passant en "elle", a produit des données supplémentaires sur l'auto-explicitation qu'elle développe depuis plusieurs mois pour sa thèse. Il me semble que cet effet facilitateur de la troisième personne est dû à la dissociation qu'il induit. En écrivant en "il", je parle de "lui". Pour parler de "lui", je me dissocie en partie, je prends une forme d'extériorité, j'ai un peu de recul par rapport à "lui", mon moi passé que j'évoque. Je me positionne alors en tant qu'observateur de ce qu'il faisait, et avec cette distance, d'autres faits, d'autres aspects peuvent m'apparaître. Plusieurs ont exprimé le fait qu'en "il" ou "elle" l'enjeu de l'écriture devient moins prégnant que quand c'est "je" qui s'exprime. Nous ouvrons avec l'usage des postures narratives un nouveau dossier de recherche pour le GREX. Ce serait intéressant de savoir si dans le domaine des études littéraires une réflexion sur l'usage de ces positions existe déjà.

Comme on peut le constater, la réflexion sur la pratique de l'expression auto-explicitative rejoint des préoccupations qui ont déjà été abordé par la littérature.

#### - Les revirements.

Les moments où la vague expressive s'interrompt, s'épuise, sont les moments privilégiés pour évaluer ce qui a été produit et choisir une direction de travail. Evaluer ce qui a été exprimé s'inscrit principalement dans deux dimensions : 1/ la base fondamentale : la qualité de la reconstitution du déroulement temporel et 2/ les qualités de la teneur de sens.

--- Décrire un vécu suppose toujours de donner le primat à la structure temporelle.

Quoique je trouve que cela soit évident, j'ai

l'impression d'être un des rares chercheurs à avoir insisté sur le fait que tout vécu est inscrit dans la dimension temporelle, dans le sens où il est nécessairement composé d'une succession de moments disposée en une suite ordonnée.

L'entretien d'explicitation nous a appris à toujours penser en termes de structure temporelle globale : ante début, début, déroulement, fin, post fin, et de reprendre ce schéma à tous les niveaux de fragmentation de l'enchaînement des actes.

Dans la pratique de l'auto-explicitation, cela signifie que dans les temps d'évaluation propres aux arrêts du flux expressif, je peux vérifier si ayant une information sur une phase  $t_n$ , est-ce que je connais  $t_{n-1}$ , ou  $t_{n+1}$ , autrement dit est-ce que je connaît ce qui précède, ce qui suit ? Cela consiste, à faire la suspension du sens de ce qui a été exprimé, pour n'en retenir que sa valeur de phase temporelle, et ainsi pouvoir s'interroger sur les phases avec laquelle elle s'articule.

Cette évidence, ne l'est pas. En effet, dans mes interventions cette année auprès de plusieurs personnes travaillant à une auto-explicitation, j'ai découvert que cette façon d'interroger le contenu d'une explicitation n'est pas spontanée. Par exemple, écoutant la lecture d'une auto-explicitation, je note immédiatement que ce qui est décrit se situe uniquement à l'aval du temps initial, après qu'il se soit passé et que de ce fait il est impossible de comprendre ce qui s'est passé puisqu'on n'a pas l'amont, c'est-à-dire ce qui précède le moment crucial (comment en est on arrivé là ?), ni la transition du moment<sup>12</sup> du fait crucial (que s'est-il passé, qui a produit ce qui a suivi ? que s'est-il passé entre le moment précédent et celui là ?). Ce qui guide l'écoute et fait apparaître immédiatement ce qui manque (en structure seulement) c'est la recherche de l'engendrement des événements, leur structure causale/temporelle. Je ne peux pas comprendre un événement (un moment vécu) sans m'informer de ce qui le précéder localement (le juste avant) et de façon plus ou

moins lointaine. Pas plus que je ne peux comprendre ce qui se passe dans ce moment si je ne le fractionne pas dans la description de la "selle" (cf. note précédente).

Souvent donc, la saisie de la structure temporelle s'appuie sur la recherche de la structure causale de l'enchaînement des événements.

Structure causale au sens fort de "a est cause de b", ou plutôt "Qu'est-ce qui a été la cause de b ?", c'est-à-dire puis-je mettre à jour dans ce qui précède un ou plusieurs a ? Ou une autre formulation qui ne pointe pas vers la même propriété de l'enchaînement temporel : "Qu'est-ce qui fait que l'on est passé de a à b, et non pas de a à x ou y ?", mais aussi : " Qu'est-ce qui fait que a s'est arrêté permettant ou provoquant la condition pour que l'on passe à b ou à x ?".

On peut aller encore vers des structures causales plus lâches au sens où elles ne contiennent pas de présupposés sur le mécanisme causal, mais simplement sur l'exploration des relations temporelles de successions, par exemple : "Que s'est-il passé avant b ?", ou bien "S'est-il passé quelque chose entre a et b ?", ou encore "peut-on distinguer en a et b ?", c'est-à-dire " y a-t-il continuité ou hiatus entre a et b ?".

Il faut bien comprendre que toutes ces questions s'originent dans une attitude qui a la capacité de suspendre la fascination de la teneur de sens du contenu pour privilégier ce en quoi elle laisse apparaître les informations présentes ou absentes de la succession temporelle.

La reprise de son auto-explicitation, ressemble beaucoup à la lecture d'une enquête policière en cours, la recherche de l'intelligibilité de l'enchaînement des actes, la vérification que toutes les phases sont présentes et que l'enchaînement est complet, la vérification de la granularité du découpage pour déterminer si les transitions sont compréhensibles à un niveau de détail qui en rende vraiment compte. Mais cela n'est pas très différent de ce que nous faisons déjà dans l'entretien d'explicitation, la difficulté est de le faire pour soi-même en ressaisissant ce que l'on vient d'écrire sous l'angle de la structure temporelle.

Cette référence permanente à la structure temporelle est un des fondements de l'explicitation, même si cette permanence n'est pas à entendre comme un contrôle du flux expressif au moment où il s'opère, mais comme un contrôle rapide a posteriori.

Une objection à ce point de vue s'est exprimée fortement dans le groupe de recherche travail-

<sup>12</sup> J'aime bien la description imagée que James donne d'un moment, non pas comme un point sans dimension comme en géométrie, mais comme une selle de cheval, avec un début (le pommeau), l'assise, puis le dossier. Le moment c'est toute la largeur de la selle. Cité p. 75 par Stengers, I. (2002). Penser avec Whitehead. Une libre et sauvage création de concepts. Paris, Seuil.

lant sur la phénoménologie du "sens se faisant" : se centrer sur la structure temporelle, n'était-ce pas privilégier la structure linéaire du temps, et prendre le risque de ne pas prendre en compte les vécus qui contiennent des aspects non linéaires, cycliques, des reprises, des stases ?

La pratique montra que quelles que soient ces objections, il y avait à gagner dans le fait de s'interroger sur la complétude temporelle de la description produite, que c'était incontournable, et finalement pas si facile que ça parce que –pour des raisons qui me sont incompréhensibles par trop d'évidence personnelle– cette façon de penser est contre intuitive et ne se mobilise pas sans efforts et une suspension de l'attitude habituelle. Mais de plus, si je maintiens bien que tout vécu se déroule suivant la linéarité temporelle de la succession, cela ne signifie pas que la structure interne des vécus étudiés soit toujours linéaire ! La linéarité temporelle est externe au vécu. Elle est utilisée comme repère pour noter toutes les phases et les propriétés de ce vécu, parce que même quelque chose qui se répète à l'identique se répète dans un temps différent, situé après que la première occurrence soit survenue. (On ne se baigne jamais dans la même eau du fleuve). En revanche, la structure interne d'un vécu peut être très complexe.

Prenons un exemple dans la notation musicale, qui est l'archétype de toute notation temporelle savante. Prenons la suite des noms de notes suivant (il n'y a pas besoin de connaissances musicales) :

ré, fa, do#, ré, fa, la, mi, fa, ré, fa, do#, ré, fa, la, mi, fa etc.

Cette suite de notes s'ordonne linéairement dans le temps, chacune est jouée après l'autre. A-t-on une structure interne linéaire ? Non. On aperçoit facilement qu'on a des suites de quatre notes qui se répètent :

1 / [ré, fa, do#, ré], 2 / [fa, la, mi, fa], 1' / [ré, fa, do#, ré], 2' / [fa, la, mi, fa], etc.

On voit que malgré la notation linéaire, la structure répétitive se détache facilement, montrant que l'on n'a pas seulement de la linéarité.

Si l'on va un peu plus loin, on peut constater par exemple que chaque série de quatre notes est elle-même un cycle qui se referme sur lui-même, par exemple : on commence à ré et l'on revient à ré en passant par fa et do, ou pour l'autre cycle, on commence à fa et on revient à fa. Si l'on a un peu plus de connaissance, on

pourra voir de nombreuses autres propriétés cycliques donc non linéaires. En regardant la suite, on verra que l'on a là une forme musicale particulière qui est un canon. Et dès le second cycle l'autre main pourra reproduire avec un cycle de retard le premier parce que le rapport d'intervalle des deux cycles fait qu'ils peuvent être joués harmonieusement en même temps (ce qui ne va pas de soi). Et quand ensuite Pachelbel nous demandera de jouer des cycles du type : [ré, mi, fa, sol, do#, mi, ré] on pourra voir immédiatement que malgré la différence d'impression sonore très sensible, le cycle n'a pas fondamentalement changé : il n'est pas devenu plus linéaire parce qu'on joue plus de notes contiguës. On s'est contenté de lui rajouter des notes intermédiaires qui rendent le caractère cyclique moins prégnant (les notes fondamentales du premier cycle sont en gras).

Au-delà de cet exemple musical, il n'y a pas d'obstacles de principe à étudier des vécus non linéaires tout en les représentant par méthode suivant une inscription temporelle linéaire. En fait les propriétés des vécus dans toutes les interrelations possibles entre phases proches et distantes n'ont jamais disparu, mais ces propriétés ne seront perceptibles qu'à ceux qui ont les catégories interprétatives leur permettant de les appréhender.

Par exemple, si je continue à exploiter mon exemple musical, jusqu'à présent j'ai noté chaque événement par son nom : ré, fa etc. comme s'ils étaient tous pareils, de même durée, de même intensité. Je n'ai pas pris en compte bien d'autres propriétés que mon analyse me donnera envie d'exploiter. Ainsi, je pourrai vouloir noter la spatialisation des notes sur le clavier, ces notes correspondent à des touches noires ou blanches et pour jouer ré, fa, do#, ré, je ne vais pas toujours de la gauche vers la droite comme la ligne du temps pourrait le faire penser. De ré à fa je vais deux touches plus à droite, de fa à do# je vais cinq touches à gauche, j'ai donc une direction spatiale inverse de la notation temporelle. Je pourrais vouloir faire cette notation spatiale en indiquant des distances soit en termes de touches, soit en termes d'intervalles musicaux, de ré à fa il y a une tierce mineure etc. Je pourrai vouloir indiquer que ré est produit par l'appui du médium de la main gauche, fa par le pouce de la même main, do# par l'annulaire etc. Je ne veux pas vous accabler de détails musicaux, mais par analogie, vous montrer qu'il existe d'innombrables propriétés attachées à une séquence

aussi ridiculement simple que quatre notes jouées de manière répétitive. Il est inutile d'espérer pouvoir représenter dans un même schéma temporel la totalité des propriétés d'un vécu, il sera toujours nécessaire d'y adjoindre une analyse et des commentaires.

L'important est de bien comprendre que le cadre temporel n'est pas là pour contraindre la réalité des vécus dans un cadre interprétatif linéaire rigide, mais pour organiser et contraindre la description séquentielle de tout vécu.

*(Suite au prochain numéro !)*

-- L'évaluation de la valeur descriptive en relation avec le but.

-- Quelques fils conducteurs.

-- Le privilège du moment originaire, sa capacité de ressourcement.

-- Les synchrones,

-- Les possibilités insoupçonnées d'approfondissement :

\* L'accès au champ de prédonation par la rétropropagation,

\* La reprise par directions descriptives et par couches,

-- Les différents objets d'études ouverts par l'auto-explicitation, la description de vécu, la description de la constitution d'un sens. Quelles différences ?

- L'épistémologie du phénoménal, qu'il n'est pas immédiat, cf. pour une prise en compte de la phénoménalité, que la saisie du phénoménal suppose un acte perceptif impliqué, engagé,

Et beaucoup plus encore .....

### *Bibliographie*

Ancillotti, J.-P. and Morel, M. (1994). A la recherche de la solution perdue. Paris GREX, Collection Protocole n° 4.

Berger, E. (2006). La somato-psychopédagogie ou comment se former à l'intelligence du corps. Ivry sur Seine, Point d'appui.

Burloud, A. (1927). La pensée d'après les recherches expérimentales de H-J. Watt, de Messer et de Bühler. Paris, Alcan.

De la Garanderie, A. (1989). Défense et illustration de l'introspection. Paris, Centurion.

Diel, P. (1947). Psychologie de la motivation. Paris, PUF.

Flajoliet, A. (2006). "Husserl et Messer." Expliciter(66): 1-32.

Gaillard, J. (2002). "Entre Cap Blanc-Nez et

Cap Gris-Nez : "fenêtres" et processus attentionnels en fonction de l'effort de course." Expliciter(45): 12-18.

Grex, C. (2006). "Le vécu de la visée à vide." Expliciter(66): 48-71.

Guillaume, P. (1942). Introduction à la psychologie. Paris, Vrin J.

Humphrey, G. (1951). Thinking an introduction to its experimental psychology. Londres, Methuen.

Husserl, E. (1950). Idées directrices pour une phénoménologie. Paris, Gallimard.

Husserl, E. (1959). Recherches Logiques 1 Prolégomènes à la logique pure. Paris, PUF.

Le Hir, C. (2000). "Faisons un rêve et que cela devienne réalité." Expliciter(34): 1-9.

Lesourd, F. (2005). "Explorations psychanalytiques et psychophénoménologiques de la notion d'enveloppe temporelle en formation d'adultes." Expliciter(60): 1-24.

Lesourd, F. (2006). "Contribution à l'étude des actes mentaux menant à l'émergence du sens." Expliciter(63): 1-17.

Lesourd, F. (2007). "Eléments d'une approche psychophénoménologique du temps imaginé." Expliciter(68): 1-21.

Mandler, J. and Mandler, G. (1964). Thinking : from association to gestalt. New York, John Wiley & Sons.

Piguet, J.-C. (1975). La connaissance de l'individuel et la logique du réalisme. Neuchâtel, A la Baconnière.

Sève, L. (1969). Marxisme et théorie de la personnalité. Paris, Editions Sociales.

Stengers, I. (2002). Penser avec Whitehead. Une libre et sauvage création de concepts. Paris, Seuil.

Titchener, E. B. (1912). "Description vs statment of meaning." American Journal of Psychology **23**: 165-182.

Titchener, E. B. (1912). "Prolegomena to a study of introspection." American Journal of Psychology **23**: 427-448.

Titchener, E. B. (1912). "The schema of introspection." American Journal of Psychology **23**: 485-508.

Titchener, E. B. (1913). "The method of examination." American Journal of Psychology **24**: 429-440.

Vermersch, P. (1974). L'apprentissage du réglage de l'oscilloscope. II. Rôle de la résistance du réel dans le processus de rééquilibrage. Paris, Laboratoire de Psychologie du Travail.

Vermersch, P. (1975). "L'apprentissage du

- réglage de l'oscilloscope. Essais d'application de la théorie opératoire de l'intelligence à l'adulte." Psychologie française 20(3): 77-103.
- Vermersch, P. (1976). "L'apprentissage du réglage de l'oscilloscope. Régulation conceptuelle et régulation agie." Travail Humain 2(39): 357-368.
- Vermersch, P. (1976). Une approche de la régulation de l'action chez l'adulte : déséquilibre transitoire registres de fonctionnement et micro genèse. Un exemple : l'analyse expérimentale de l'apprentissage du réglage de l'oscilloscope cathodique. Paris, EPHE- Paris V.
- Vermersch, P. (1993). Pensée privée et représentation pour l'action. Représentation pour l'action. Weill, A., Rabardel, P. and Dubois, D. Toulouse, Octarès: 209-232.
- Vermersch, P. (1994, 2003). L'entretien d'explicitation. Paris, ESF.
- Vermersch, P. (1998). "2/ Husserl et la psychologie de son époque : la formation intellectuelle d'Husserl : Weirstrass, Brentano, Stumpf." Expliciter(27): 47-55.
- Vermersch, P. (1998). De la notation musicale à ses représentations mentales : la mémorisation des partitions chez les pianistes. La notation musicale.
- Vermersch, P. (1998). "Détacher l'explicitation de l'entretien." Expliciter(25): 1-15.
- Vermersch, P. (1998). "Husserl et l'attention 1/ analyse du paragraphe 92 des Idées directrices." Expliciter(24): 7-24.
- Vermersch, P. (1998). "L'introspection comme pratique (original en français de Introspection as practice 1999)." Expliciter(22): 1-19.
- Vermersch, P. (1999). "Husserl et la méthode des exemples : application à l'étude d'un vécu émotionnel." Expliciter(31): 3-23.
- Vermersch, P. (1999). "Introspection as practice." Journal of Consciousness Studies 6(2-3): 17-42.
- Vermersch, P. (2000). "Conscience directe et conscience réfléchie." Intellectica 2(31): 269-311.
- Vermersch, P. (2000). "Husserl et l'attention : 3/ Les différentes fonctions de l'attention." Expliciter(33): 1-17.
- Vermersch, P. (2002). "L'attention entre phénoménologie et sciences expérimentales, éléments de rapprochement." Expliciter(44): 14-43.
- Vermersch, P. (2002). "L'explicitation phénoménologique à partir du point de vue radicalement en première personne." Expliciter(36): 4-11.
- Vermersch, P. (2002). "La prise en compte de la dynamique attentionnelle : éléments théoriques." Expliciter(43): 27-39.
- Vermersch, P. (2005). "Approche psycho-phénoménologique d'un "sens se faisant". II Analyse du processus en référence à Marc Richir." Expliciter(61): 26-47.
- Vermersch, P. (2005). "Éléments pour une méthode de "dessin de vécu" en psycho-phénoménologie." Expliciter(62): 47-57.
- Vermersch, P. (2005). "Présentation commentée de la phénoménologie du "sens se faisant" à partir des travaux de Marc Richir." Expliciter(60): 42-47.
- Vermersch, P. (2006). L'entretien d'explicitation. Paris, ESF.
- Vermersch, P. (2006). "Rétention, passivité, visée à vide, intention éveillante. Phénoménologie et pratique de l'explicitation." Expliciter(65): 14-28.
- Vermersch, P. (2006). "Vécus et couches des vécus." Expliciter(66): 32-47.
- Vermersch, P. and Arbeau, D. (1997). "La mémorisation des oeuvres musicales chez les pianistes." Médecine des Arts(2).
- Vermersch, P., N. Faingold, C. Martinez, C. Marty, M. Maurel, (2003). "Etude de l'effet des relances en situation d'entretien." Expliciter(49): 1-30.
- Vermersch, P., Sejourant, S. and Guihard, L. (1978). Utilisation du document photographique en géographie. Recherche sur les difficultés rencontrées par les élèves : problèmes méthodologiques. Compte rendu demi parcours. Paris, A.T.P.
- Wundt, W. (1907). "Über Aufrageexperimente und über die Methoden zur Psychologie des Denkens." Psychologische Studien 3: 301-360.