

## Oser la fragilité

Atelier de pratique du mardi 3 février 2009

Premier exercice : *Faire des gammes*

Je rêve d'une formation qui ose la **beauté**

Je rêve d'une formation qui ose la **fragilité**

Je rêve d'une formation qui ose l'**intérieurité**.

“De l'inévaluable dans la formation des enseignants“, conférence donnée par Gabriel Ringlet dans le cadre du colloque de l'ADMEE-Europe à Louvain-la-Neuve, le 13 septembre 1995.

*Ce texte a dû cheminer en moi pour voir le jour. J'étais bloquée pour restituer un retour sur l'atelier. Incapable même d'écrire le premier mot. Je ne comprenais même pas mes notes. Tout était noué et troué dans ma mémoire. Je passe par l'auto explicitation. J'explore alors les couches de vécu. Emergent ainsi des éléments qui n'étaient pas à ma conscience ce mardi-là. Ils avaient juste vrillé en moi lorsque Pierre, en toute fin de journée, a annoncé qu'il allait proposer cet exercice en formation de base. Dans le groupe, une remarque a fusé : « Pas les premiers jours »... Je me sentais profondément en accord avec ce constat. Je ne savais pas par quel bout prendre cet écrit. L'auto explicitation m'avait permis de comprendre l'écart entre ma satisfaction d'apprendre au cours de l'atelier et tout ce qui s'était joué pour moi de plus profond, dans le consentement, la loyauté au groupe, la confrontation aux effets perlocutoires en direct. Ce n'était pas un texte qui rendait compte d'un moment de la journée. C'était un écrit qui m'apportait des informations précieuses pour moi. J'ai lâché cette volonté d'un témoignage (Tant pis) et rôdé dans les écrits de mon disque dur. J'ai retrouvé dix lignes d'une bêtise qui m'avait bien amusée, il y a 12 ans, un début de fiction que je me suis retrouvée à continuer d'écrire comme si je l'avais commencé la veille... Au lieu de travailler ! Ça s'amusait bien en moi. Curieusement, j'ai repris ensuite la lecture de mon bout d'auto explicitation. Une expression se détache : « Oser la fragilité ». Je l'écris comme titre. Elle m'oriente pour commencer à écrire un retour pour Expliciter.*

### **Fragments de vécus.**

Je n'attends rien de particulier, sauf à redevenir élève. Sentiment d'être trop souvent du côté de celle qui crée, cadre, choisit, décide, de perdre des éléments qui ne sont vécus que par les participants et qui seraient précieux pour moi pour mieux comprendre et pour mieux orienter les personnes en formation vers eux-mêmes. Redevenir élève m'apparaît comme un espace ouvert où je peux me nicher sans responsabilité.

Erreur. Être élève, en explicitation, c'est se confronter au pouvoir, au vouloir, au lâcher prise, mais surtout se confronter à ses points aveugles, aux choses oubliées, à tout ce que je ne sais pas encore ou que je n'ai pas remarqué, approfondi, à ce que je sais déjà faire, mais qui est à affiner un peu, beaucoup, régulièrement.

Nous sommes huit à attendre la consigne. Un exercice à deux sur la mise en évocation que Pierre présente comme une gamme, un exercice court à refaire deux ou trois fois (3mn). Il s'agit pour B de proposer à A de revenir sur un moment de la journée d'hier, de mettre en place la relation, d'observer le non verbal, de poser des questions sensorielles, de faire ralentir, afin de vérifier que A soit en remplissement expérientiel. Lorsque le remplissement est le plus complet possible pour A, il lève la main ou il signale qu'il n'arrive pas à y être. Vient alors un temps de clôture pour B, suivi d'un partage au cours duquel A décrit comment il s'est senti accompagné. *Si quelque chose pose problème à A dans l'accompagnement, il le signale en direct.* Pierre souligne que B prend le pouvoir pour se mettre à la disposition de l'autre, pour le contenir.

Je fais cet exercice avec quelqu'un que je ne connais pas. J'ai juste entendu le son de sa voix. Tout un apprivoisement pour savoir qui commence, comment se placer. Tout un

apprivoisement qui perturbe ma confiance en moi dans le rôle de B, qui me met en fragilité avant même la formulation du contrat. Et quand je suis en fragilité...

Je ne suis plus complètement à l'écoute de A. Je redeviens vraiment élève, une de mes façons d'être élève, quelqu'un qui, selon un schéma ancien qui m'est propre, veut réussir et veut bien faire. Quelqu'un qui n'a suffisamment pas confiance en elle-même, en ce qu'elle sait un peu. J'ai même l'impression que ma capacité à mémoriser tout ce que me dit A n'est pas stable, qu'elle s'envole au fur et mesure de la mise en mots. Je ne suis plus suffisamment alignée sur A. J'ai des espaces très brefs de dialogue intérieur pour résoudre ce qui me pose problème ou ce que je crois être un problème. Ainsi, par exemple, lors du deuxième essai, avec un autre moment de la journée d'hier, je remarque qu'Aline y est presque mais pas tout à fait, parce qu'elle hésite, elle prend son temps, elle module ce qui lui revient :

« - Non, ce n'est pas avec Q. que je parle, mais avec son père. »

Et là, moi aussi, j'ai une hésitation. Ce qui me vient, parce que je vois clairement son corps qui se prépare à parler, c'est de reprendre ce qu'elle vient de dire « Et quand tu parles avec son père... », et, en même temps, je pense !!! que c'est s'engager dans la description du moment, que comme elle n'y est pas tout à fait, et que c'est l'objectif de l'exercice, je vais d'abord bien l'ancrer dans la pièce. Alors, je récapitule ce qu'elle m'a dit auparavant, sa position dans la pièce, les personnes et les objets qu'elle a déjà nommés. Un mot que je prononce, celui d'un des objets, la fait bondir et sortir de l'évocation...

Quand nous partageons ce qui s'est passé, je remarque très nettement que je n'ai pas fait confiance à mon premier mouvement (reprendre ce qu'elle vient de formuler), alors que j'ai repéré la posture de A qui se prépare à parler. Quand je m'arrête en auto explicitation, juste sur cet instant de repérage, ce premier mouvement, c'est une « sensation corporelle ». Il y a un accord en moi, de moi à moi, qui est tout à coup freiné par une pensée de rationalisation sur ce qui appartient ou non à la mise en évocation, sur ce qu'il convient de faire pour amener Aline dans un remplissement plus complet pour elle. Si je reste sur le moment d'hésitation, je repère une dissonance corporelle, d'abord une sensation d'alignement, de tenue (au bas de mon dos) qui coïncide avec le sentiment d'accord et une crispation tenue au niveau du plexus qui se cristallise quand Aline bondit. Je ne me suis pas écoutée. Je n'ai pas pris en compte un indicateur, une ressource en moi. Ecouter Aline, c'est aussi m'écouter.

Sur un des moments expérimentés quand je suis A, c'est un mot pourtant souvent employé en explicitation, le mot « important » qui me sort de l'évocation. Cela me surprend. J'avais choisi un moment de la journée de lundi qui était déjà important en lui-même et la demande de B « de prendre un moment important pour moi » fait rupture. Qu'est-ce qu'elle veut ? Bien sûr, elle ne connaît pas mon vécu de la journée d'hier et sa consigne, à ce moment-là, pour moi déjà bien entrée dans le remplissement, m'oriente vers sa demande et pas sur mon revécu. Un mot que je propose souvent dans les consignes en formation...

### **Qu'est-ce que ça m'apprend de vivre en direct les effets perlocutoires ?**

Quand je suis B, de m'abandonner avec confiance à ce que je repère, à vérifier corporellement et non intellectuellement ce que A me donne comme informations, à suivre plutôt les indices corporels, de rester sur le fil de l'autre sans chercher à vouloir comprendre ou à vouloir faire quoi que ce soit sauf à être près de l'autre. *Lâcher le vouloir*. Ici ce qui était dominant c'était un vouloir réussir couplé à une valence d'insécurité. M'abandonner à l'écoute. Quand je suis A, me laisser le temps d'y revenir sans me préoccuper de quoi que ce soit, rester sur ce qui vient.

### **Qu'est-ce que ça m'apprend pour la formation en explicitation ?**

Cela me questionne sur le temps d'évocation. Nous avons beaucoup travaillé sur la visée à vide, l'espace qu'il faut laisser afin que A puisse choisir ou se laisser choisir par une situation. J'y suis attentive quand j'accompagne les premiers pas des participants en formation. Quand vient la mise en évocation de la situation, je remarque que j'ai pris l'option de procéder en

*deux* temps : d'abord demander un récit dans les grandes lignes, une première description du moment choisi avec un questionnement minima de B sauf à montrer qu'il écoute ; puis, de passer un second contrat pour revenir sur un moment particulier de la situation qui convient à A. Il m'apparaît que cela facilite la phase d'appropriation, ça crée un lien et qu'ensuite la mise en évocation d'un moment de la situation s'effectue plus simplement. Ce vécu de l'exercice des gammes m'alerte qu'il y a lieu d'être vigilante dans ma présentation sur la dimension du remplissage, d'y apporter plus de soin dans les démarrages des exercices. Dans les partages collectifs, je relancerai plus systématiquement sur les prises d'informations corporelles de B par rapport à lui-même, pour développer cette ressource, comme d'orienter l'attention encore plus régulièrement sur le rapport à soi pour B comme pour A. Et pourquoi pas d'essayer l'exercice le cinquième jour d'une formation de base ou au cours d'une journée d'étude et d'échanges d'Antenne Suisse.

La posture d'élève me projette en fragilité, mais que *c'est précieux d'oser la fragilité*. L'avoir revécu en situation protégée me rend encore plus disponible à ceux qui apprennent, à leurs errements, à créer les conditions pour que la confiance s'installe et que les participants débutants ou non osent la fragilité de l'engagement dans l'apprendre. Sans doute vais-je commencer la journée du deuxième jour d'une formation qui se profile à l'horizon par « Oser la fragilité ».

Mireille Snoeckx  
25 février 2009