



EAT

Les
Nouvelles
de
l'école

35

**Aller bien
quand
tout va mal**

France Brécard

Éditorial

Comment se sentir bien quand le monde autour de nous est en feu ? Comment conserver un moral positif quand nous sommes assaillis par des informations toutes plus anxiogènes les unes que les autres ? Comment sourire et rire quand le bruit des bombes se rapproche ?

Certains parmi nous sont plus impactés que les autres : ils ont de la famille en Iran, en Israël dans les pays du Golfe, en Russie, en Ukraine et c'est difficile pour eux de rester zen quand leurs familles et leurs amis sont sous les bombes !

Mais même si nous ne sommes pas directement concernés par la guerre, nous ne pouvons y échapper ! Nous pouvons nous sentir empathiques pour ceux qui subissent, nous pouvons nous inquiéter pour notre avenir et ceux de nos enfants, nous pouvons craindre un embrasement généralisé. Sans être ultra pessimiste, ce qui se passe suscite peurs, découragement, colère.

Alors comment résister et garder un moral suffisamment bon pour ne pas sombrer. Au-delà de travailler pour soi en relativisant non pas ce qui se passe mais l'impact sur notre propre vie, nous pouvons aussi avoir quelques actions ou réflexions pour nous aider à traverser cette période difficile. Voilà donc un petit vademecum de survie dans les temps actuels :

- Relativiser. Faire la part des choses entre ce qui nous impacte directement et ce qui est terrible en général. Par exemple, nous sommes impactés par la crise économique mais nos villes ne sont pas sous les bombes. Cela peut paraître égoïste mais cela permet de ne pas laisser notre énergie s'étioler
- S'engager. Avoir une action auprès des victimes quelles qu'elles soient. En faisant des séances de thérapie, de soutien pour leurs proches, en participant à des associations d'aide, en envoyant

de l'argent, en permettant à ceux dans la guerre d'avoir un peu de répit.

- Créer ou favoriser les liens. L'angoisse fleurit dans la solitude. Parler avec d'autres, faire de nouvelles rencontres, discuter de ce qui se passe, sentir la chaleur des liens permet de tenir à distance les pensées récurrentes angoissantes.
- Différencier soi et les autres. On peut être en empathie, en compassion mais bien saisir la différence entre ce que vivent ceux qui sont dans la guerre et nous qui sommes dans la paix. Cela peut paraître égoïste mais c'est une façon de garder une bonne distance.
- S'occuper des autres. Prendre soin de ceux qui nous sont proches permet aussi de donner un sens à la vie telle qu'elle est. Nous pouvons aussi rester en contact avec ceux qui vivent la guerre de plus près. Des messages, des petits mots peuvent leur apporter une bouffée d'air frais.
- Méditer. Se poser tranquillement, respirer, faire défiler des images apaisantes peut aider à dépasser les images de guerre et de destruction.
- Lire et relire. La philosophie mais aussi l'histoire, la fiction nous permettent de donner du sens aux événements dans leur contexte. Les livres peuvent ainsi nous permettre de comprendre sans nous laisser engloutir.
- Cultiver les sources de plaisir. N'étant pas dans l'œil du cyclone, nous avons la chance d'avoir de multiples sources de plaisir à notre disposition. Marcher dans la nature, faire de la bonne cuisine, regarder de bons films, rencontrer des personnes intéressantes, réussir dans son travail, apprécier sa famille, ses enfants, etc.

Sommaire

Dernières nouvelles	3
Des cocktails pour nos boîtes à jouets	5
Le cadre en supervision : quand le transfert s'en mêle	6
Les citations de Jérôme Spick	10

- Comprendre. Une des façons de prendre du recul par rapport à ce qui se passe est de donner du sens aux événements. Cela veut dire comprendre au niveau politique mais aussi au niveau psychologique pour mieux saisir les enjeux de chacun. Et pour cela l'AT peut être d'une grande aide.
- S'éloigner des sources d'information en continu. C'est une bonne hygiène de vie de rester un peu à distance, de ne pas être collée à l'information qui nous angoisse sans que nous puissions agir.
- Aimer, s'aimer, être aimé... c'est à la fois simple et difficile. Mais nos sentiments d'amour, d'affection, d'amitié nous remplissent d'un bonheur qui permet d'éloigner la sinistrose !

Voilà donc quelques pistes pour traverser, ces mois et peut-être même ces années difficiles. Cette énumération n'est pas exhaustive, chacun peut faire sa propre liste des bonnes pratiques pour rester vivant et plus ou moins serein dans un monde qui va mal !

Dernières nouvelles

Ce premier trimestre a vu se dérouler plusieurs événements importants pour l'école. En premier lieu, la fête des 30 ans qui a eu lieu le 7 février dans nos locaux. Une cinquantaine de personnes étaient au rendez-vous, des Parisiens et habitants de l'Île-de-France pour la plupart. Une ambiance

animée, joyeuse, des petits jeux pour sortir de sa zone de confort et rencontrer les plus anciens ou les plus jeunes. Un buffet bien garni, des boissons en quantité, beaucoup de bonne humeur et de joie de se retrouver ont fait de cette soirée un bel événement. À refaire ! nous ont demandé les élèves. Les formateurs au grand complet ont pu savourer la joie de voir l'école aimée et appréciée.

Autre moment important du trimestre : la venue de Bill Cornell pour sa semaine de formation à l'école. C'est chaque fois une joie de l'accueillir chez nous pour cet enseignement si profond et pourtant facile à suivre. Son humanité, son écoute, sa façon d'enseigner, sont toujours présents au rendez-vous. Tous, de tous âges et tous niveaux sont heureux de le retrouver. Il est assisté durant cette semaine par sa traductrice, Rachel Brévière, qui nous permet de suivre en français toutes les subtilités de son enseignement. Merci Bill et merci Rachel !

À part ces deux événements exceptionnels, le premier trimestre de l'année a vu se dérouler un certain nombre de séminaires et de journées thématiques.

En janvier, une journée thématique sur la personnalité schizoïde a eu lieu en visio. Animée par Karine Danan, une ancienne élève de l'école, cette journée a été très appréciée, sur le fond et sur la forme. Sur le fond, Karine a su donner vie à ce type de personnalité que l'on trouve parfois



Quelques formateurs...



et quelques élèves...



Bill Cornell et Rachel Brévière (debout au centre) entourés des élèves

difficile car peu causant ! Sur la forme, le fait que la journée se déroule en visio était un plus : beaucoup de personnes ont ainsi pu ainsi y participer sans avoir à se déplacer !

Ce succès nous encourage à proposer plus de séminaires ou journées en visio.

Fin janvier, ce fut le séminaire "Observation de thérapeute" qui a permis de voir "en vrai" un analyste transactionnel travailler. Stéphane Tatar, un ancien de l'école, a pris en main le groupe des clients sous le regard attentif des observateurs qui ont pu ainsi assister à une démonstration de travail en analyse transactionnelle. C'est une belle ressource pour nos étudiants de pouvoir ainsi regarder et comprendre le travail de psychothérapie sous la houlette d'Isabelle Crespelle.

En février, on s'est mis soudain à rêver. Les participants au séminaire sur les rêves ont été incités à raconter et à interpréter ce qui se passe durant la nuit loin de notre conscience. Animé par France Brécard, ce séminaire est toujours passionnant car l'interprétation des rêves suivant

les différentes écoles de psychothérapie ouvre des options inconnues à tous ceux qui s'intéressent aux rêves sans bien savoir comment les travailler.

Enfin fin mars le séminaire "Approche expé-rientielle du processus de groupe" a réuni un groupe dont les participants ont pu expérimenter sur eux-mêmes ce qu'était le travail en groupe et combien il était puissant. Le groupe de thérapie a fonctionné sous la houlette de Georges Escrignano, sous le regard d'Isabelle Crespelle, qui a ensuite donné un feed-back théorique et pratique de ce processus de groupe.

Fin mars, Christine Maurice et Myriam Mouchie ont animé leur deuxième séminaire de l'année sur le couple. Toujours beaucoup d'élèves intéressés, beaucoup d'implication et de réflexion. Ce sont des séminaires qui sont appelés à se poursuivre sur plusieurs années car la thérapie de couple demande de la formation, du sang froid et de l'empathie.

Parallèlement aux séminaires, le groupe de base intensive a commencé en février et se poursuivra

THÉORIE DE BASE

En cette fin d'année scolaire, nous proposons une formation à la théorie de base en analyse transactionnelle, uniquement en visio, à destination de tous ceux qui habitent loin ou qui ne peuvent se déplacer.

Dates : les vendredi 8, samedi 9 et dimanche 10 mai – les vendredi 29, samedi 30 et dimanche 31 mai – les vendredi 12, samedi 13, et dimanche 14 juin.

Cette formation est destinée à toute personne ayant le projet de devenir thérapeute, ou désirant améliorer sa communication, mieux se comprendre ou mieux comprendre les autres, ainsi qu'à tous ceux dans la relation d'aide qui veulent améliorer la prise en charge de leurs interlocuteurs.

Renseignements et inscriptions sur le site de l'école.

en avril. Les élèves ont apprécié cette première semaine de découverte de l'analyse transactionnelle. Ils ont pu faire connaissance de la théorie à partir d'un enseignement théorique de qualité doublé d'un enseignement pratique au travers des exercices.

Il est devenu difficile et cher de se déplacer, aussi l'école propose-t-elle une formation de base entièrement en visio sur trois fois trois jours à partir du 8 mai. Cela permettra à ceux qui sont éloignés de pouvoir profiter de notre enseignement.

Jérôme Spick

Des cocktails pour nos boîtes à jouets !

"Mes doutes", "mon perfectionnisme", "mes angoisses", "mes colères", "ma passivité", "mes peurs", "mes addictions"... tant de "choses" dont nos clients voudraient se débarrasser !

Ou ils lancent tout de suite un pavé dans la mare : "Est-ce que je peux changer ?"

Après avoir accueillis ces cris du cœur, que dire ? que faire ?

De mon côté, un jour ou l'autre, je réponds : "En fait, je pense qu'on ne se débarrasse jamais

de rien de ce qui fait partie de nous. En revanche, nous pouvons chercher à l'apprivoiser."

Et je tente une comparaison : "C'est comme si nous étions un cocktail, composé au fil des années de multiples ingrédients. Certains doux, d'autres amers, de multiples saveurs. Le goût du cocktail dépend du subtil équilibre entre toutes ces composantes. Si le goût du cocktail ne nous plaît pas, à nous d'en rajouter d'autres, qui se marient bien avec les précédentes tout en faisant évoluer le goût."

Pour filer la métaphore, je dirais que la thérapie, c'est apprendre à goûter subtilement notre cocktail personnel, comprendre comment il est composé, observer comment les autres y réagissent et le faire évoluer dans le sens qui nous convient, accompagné par un mixologue averti !

Je remarque que cette métaphore du cocktail amuse, fait sourire, elle plaît, mes interlocuteurs la trouvent généralement inspirante. Pourquoi ? Parce qu'elle résonne chez la personne. Ce qui veut dire pour moi qu'elle parle à la fois à l'Adulte et à l'Enfant curieux et joueur, et même au Parent idéaliste, favorisant une alliance clé, me semble-t-il, du processus thérapeutique. Car en gagnant en force, au fil des semaines, elle peut contrebalancer progressivement le poids de l'alliance entre croyances négatives et souvenirs renforçants. Je me souviens que Winnicott a écrit que, dans la thérapie, patient et thérapeute jouent ensemble. Et que, tant



SOIRÉE PORTES OUVERTES

Webinaire sur l'analyse transactionnelle et sur l'école, animé par Georges Escibano, le mercredi 15 avril de 19 h à 21 h.

Entrée libre sur inscription.

Renseignements et inscriptions : 01 40 13 02 03.

qu'ils n'en sont pas là, le premier objectif est d'y parvenir.

Chacun d'entre nous, les psychopraticiens, se constitue au fil des années sa boîte à jeux. En commençant par tout un éventail de concepts d'analyse transactionnelle. Pour ma part, citations et métaphores, plaisanteries même, y tiennent une bonne place. Par exemple, pour inciter à prendre soin de l'Enfant en soi, je donne volontiers la citation d'Alexandre Jardin : "On ne se doit qu'à l'enfant qu'on a été." en y ajoutant "et que nous sommes toujours." Je vois souvent mes interlocuteurs la noter.

Et je trouve que ce serait une bonne idée que nous toutes et tous, psychopraticiens dispersés, jouions à notre tour à partager et échanger nos jouets thérapeutiques favoris.

Kamel Belmerabet

Le cadre en supervision : quand le transfert s'en mêle

Réflexions à partir des dynamiques transférentielles dans les groupes

Introduction

C'est à l'occasion d'une séance de régulation, dans un groupe que je venais d'intégrer, qu'est née l'idée d'écrire cet article. Il y était question de confrontation¹, en lien avec les états du moi, et du risque que certaines interventions puissent blesser² les personnes visées. Pour une commo-

LES SÉMINAIRES DU 2^E TRIMESTRE

- Processus obsessionnel, animé par Georges Escribano **le jeudi 2 avril en visio**
- Secrets de famille, animé par Françoise Tachker Brun **les samedi 18 et dimanche 19 avril**
- Journée de psychopathologie (niveau psychotique), animé par Georges Escribano **le mercredi 20 mai**
- Stratégies d'intervention, animé par Christine Maurice **les jeudi 11 et vendredi 12 juin**
- Plan de traitement, animé par Olivier Colombel **les vendredi 19 et samedi 20 juin**
- Oral de certification EAT/FF2P (plusieurs formateurs), **le lundi 18 mai**
- Base en visio (plusieurs formateurs), **trois fois trois jours, dates sur le site**

dité de langage, je nommerai "apprenant" les participants au groupe de travail.

Cette expérience m'a amené à interroger la manière dont le cadre de l'apprentissage, tel qu'il est posé et incarné, peut participer activement à la dynamique relationnelle et psychique d'un groupe.

Je fais l'hypothèse que le cadre influence la sécurité interne des participants, leur engagement, leur capacité à penser et à s'exprimer, ainsi que la nature des phénomènes transférentiels susceptibles d'émerger. Ces effets se manifestent à travers des questions que la personne peut se poser en pensant au groupe auquel elle va participer, telles que : quelle sécurité vais-je trouver ici pour me sentir à ma place ? Quelle liberté réelle de pensée, de parole et de confrontation sera possible sans que je me sente menacé, ou que le lien ne soit mis en danger ? Que vais-je apprendre qui me fera progresser dans mon métier ?

L'objectif de cet article n'est pas de porter un jugement sur des pratiques dites adéquates ou inadéquates, mais de partager des observations et une réflexion sur les effets du cadre, sur la

1– Voir à ce sujet l'article des techniques de confrontation de N. Micholt in *AAT*, n° 37, 1986, p. 39-42.

2– Par blesser, j'entends donner des signes de reconnaissance qui viennent réactiver des blessures et faire émerger des "élastiques" : mécanisme par lequel une situation présente, apparemment anodine, déclenche chez une personne une réaction émotionnelle disproportionnée parce qu'elle est inconsciemment reliée à une situation archaïque, inscrite dans son scénario de vie.

qualité des signes de reconnaissance qui circulent et sur leur fonction structurante ou inhibante dans les dynamiques de groupe. À partir de mon expérience de formateur et apprenant, il s'agit de rendre pensables des phénomènes souvent discrets, parfois implicites, qui se manifestent dans les groupes et orientent l'expérience vécue par leurs membres.

Regard porté et mobilisation psychique

Du côté de la recherche en sciences de l'éducation, il a été démontré que les capacités d'apprentissage, d'engagement et d'élaboration ne dépendent pas uniquement des compétences des personnes, mais aussi du regard porté sur elles par la figure d'autorité, celle qui porte et incarne le cadre relationnel. C'est ce que définit le concept d'"effet Pygmalion"³ qui met en évidence combien des attentes positives, explicites ou implicites, peuvent soutenir la confiance en soi et la mobilisation des ressources internes.

Dans les groupes de supervision, ce phénomène peut se manifester de manière particulièrement sensible. En effet, lorsque le cadre relationnel renvoie aux participants une image de compétence, de responsabilité et de capacité réflexive, ceux-ci tendent à s'autoriser davantage à penser, questionner et confronter leurs hypothèses. À l'inverse, lorsque les attentes perçues sont normatives ou évaluatives, l'énergie psychique peut se déplacer vers l'adaptation, la prudence et la crainte de l'erreur, au détriment de l'apprentissage.

En analyse transactionnelle, les travaux de Véronique Sichem⁴ sur l'inhibition intellectuelle dans la relation au savoir, trouvent ici une résonance particulière. En effet, certaines situations de travail en groupe peuvent mobiliser particuliè-

rement des vécus douloureux enregistrés dans le passé scolaire et se réactiver une fois adulte, selon la manière dont le cadre est incarné, et selon les différents transferts qui peuvent se jouer.

Limites du Parent Nourricier ?

D'aucuns pourraient croire que pour faciliter un sentiment de sécurité et favoriser la proactivité chez les apprenants, le formateur doit privilégier, d'un point de vue fonctionnel, l'état du moi Parent Nourricier pour instaurer un sentiment de sécurité. Ce Parent soutient l'accueil, la bienveillance et la permission d'être là. Il fait une place à l'enfant. Toutefois, si les sollicitations relationnelles proviennent exclusivement de ce registre, un risque apparaît : celui de développer une passivité qui entrave l'autonomie, la créativité et la pensée.

De la même manière, en ce qui concerne les signes de reconnaissance, si ces derniers sont positifs dans leur contenu, avec des messages tels que "c'est bien", "bravo", "c'est super", ils s'adressent principalement à l'état du moi Enfant. Ils peuvent être soutenant et encourageant.

Le risque est que pour des personnes en manque de reconnaissance, souvent longtemps attendue, cette modalité puisse devenir particulièrement attractive et activer des comportements ou attitudes dites symbiotiques⁵. Comme le soulignent France Brécard et Laurie Hawkes, "le besoin de signes de reconnaissance peut nous amener à des stratégies plus ou moins conscientes pour satisfaire cette demande."⁶ L'énergie psychique se mobilise alors davantage vers l'obtention de reconnaissance que vers la réflexion. Cette dynamique peut renforcer certaines décisions précoces de conformité ou de besoin d'être reconnu pour exister de manière scénarique.

3- R. Rosenthal & L. Jacobson (1971), *Pygmalion à l'école*, Paris, Casterman ; P. Meirieu (1987), *Apprendre... oui, mais comment*, Paris, ESF.

4- V. Sichem (1993), "L'Inhibition intellectuelle dans la relation au savoir", *AAT*, n° 67.

5- Pour simplifier, l'attitude symbiotique est lorsqu'on attend de l'autre qu'il comble un manque, sans formuler de demande explicite. Voir

F. Brécard & L. Hawkes, *Le Grand livre de l'analyse transactionnelle* (édition 2020-2024), Paris, Eyrolles, chap. 5 et 16 sur le sujet.
6- *Ibid.*, p. 26.

Afin d'éviter cet écueil, il est aussi conseillé, dans les apprentissages avec des adultes, de donner aussi des signes de reconnaissance négatifs conditionnels, pour faire progresser la personne. À condition que les transactions soient effectuées d'un Adulte, plutôt qu'à partir d'un Parent Normatif ou Nourricier. Mais, les signes de reconnaissance deviennent véritablement soutenant lorsqu'ils s'intègrent dans un processus relationnel réciproque avec "un autrui significatif", pour paraphraser les travaux de B. Evrard et J.P. Quazza⁷. Comme le souligne ces auteurs, la reconnaissance est un processus dynamique. Il s'inscrit dans une relation où chacun est affecté par la présence de l'autre. La relation est donc "vivante, et réciproque". L'expression "d'autrui significatif"⁸ utilisée par les auteurs, est à mon sens assez juste pour signifier que la posture du formateur renvoie à l'apprenant, que son opinion, sa présence, sa parole ont une valeur particulière pour lui.

Phénomène du Transfert et scénario en mouvement

Toutefois, il serait réducteur d'attribuer tous les effets au seul superviseur garant du bien-être des participants. En effet, ce serait faire l'impasse des phénomènes transférentiels en jeu dans la relation au sein des groupes.

Carlo Moiso est un des premiers auteurs à démontrer que différents types de transfert peuvent être mobilisés selon la configuration relationnelle et la structure de personnalité des personnes. Il définit la relation transférentielle, comme "une relation, où le patient projette ses propres états du moi Parentaux sur le thérapeute en vue d'expérimenter des relations Parent/

Enfant ou des relations d'objet, comme en surimpression sur le thérapeute."⁹

Même si son article analysait la relation thérapeutique, que nous n'abordons pas ici, ses réflexions nous permettent de penser que les membres du groupe peuvent activer des registres transférentiels différenciés, parfois silencieux, qui influencent la dynamique globale. Cela peut altérer leurs jugement, attitude et attentes vis-à-vis de la figure d'autorité représentée par le formateur ou le superviseur. Mais il semble utile, en ce qui nous concerne, de préciser que cette figure d'autorité peut être confondue, comme figure parentale, a priori. On attend toujours beaucoup de papa ou maman !

Toutefois, il est évident que la posture adoptée et la manière dont le cadre est tenu, les types d'interaction au sein du groupe peuvent soit consolider certaines décisions précoces, soit, à certaines conditions, offrir des occasions de remaniement. La question qui devient alors centrale porte sur la perspective relationnelle en jeu, autrement dit : depuis quel État du Moi le cadre est-il incarné et favorable à l'inspiration ?

Un cadre tenu depuis l'Adulte et parfois du Parent

Si l'on reprend les éléments évoqués plus haut, un cadre tenu depuis l'Adulte ne vise ni à évaluer la personne ni à disqualifier ses actes. Cependant, il est parfois nécessaire d'avoir recours au Parent normatif lorsque les apprenants donnent des coups de canifs dans le contrat (absences répétées, non présentation de cas, etc.).

Prenons l'exemple de la supervision qui reste un moment sensible où un professionnel expose une difficulté rencontrée avec un client, à un

7– B. Evrard & J.-P. Quazza (2018), "Les Métamorphoses de la reconnaissance" – I, *AAT*, n° 163.

8– La notion d'"autrui significatif" a été introduite par George Herbert Mead (1934). Elle désigne ces figures particulières dont le regard et l'attitude participent à la construction du soi. La reconnaissance ne devient structurante que lorsqu'elle émane d'un tel autrui. G. H. Mead (1934), *Mind, Self, and Society from the Standpoint of a Social Behaviorist*, Chicago, University of Chicago Press.

9– C. Moiso, "Transfert et État du Moi", *AAT*, n° 41.

autre professionnel, dont le rôle est de l'aider à progresser dans son travail et sa posture. Ici l'aspect transférentiel joue pleinement. Le superviseur peut choisir d'intervenir en privilégiant son Adulte visant l'Adulte de l'apprenant.

En posant plutôt des questions centrées sur les faits et le processus en jeu du type : "Et à ce moment-là, comment la personne a-t-elle réagi à votre intervention ?" Le ton est posé, le regard ouvert, parfois accompagné d'un léger sourire soutenant. On voit se poindre un Parent Nourricier en soutien de l'Adulte. La réponse a alors de fortes chances d'être émise depuis l'état du moi Adulte du participant. Cette posture invite à réfléchir, revisiter la scène transactionnelle. L'attention se déplace de la justification à l'analyse vers "qu'est-ce qui s'est joué dans la relation ?" La qualité de présence, l'autrui significatif, qui porte sur le processus, au-delà du contenu, regard, tonalité, sourire, mobilise en parallèle une dimension du Parent nourricier, soutenant la sécurité psychique sans modifier l'axe principal de la transaction.

À l'inverse, si le stimulus émane d'un Adulte, perçu par l'apprenant comme Parent normatif avec un contenu du style "Pourquoi avez-vous fait cela ?", la réponse risque davantage d'être émise depuis l'état du moi Enfant du participant, sous forme de justification (Enfant soumis), de défense (Enfant Rebelle) ou de retrait. Même avec une intention pédagogique saine, la tonalité peut

déplacer l'enjeu vers la validation ou l'évitement du reproche, suivant la façon dont l'apprenant dans le transfert va interpréter la question. Le risque étant alors de réduire l'espace de pensée.

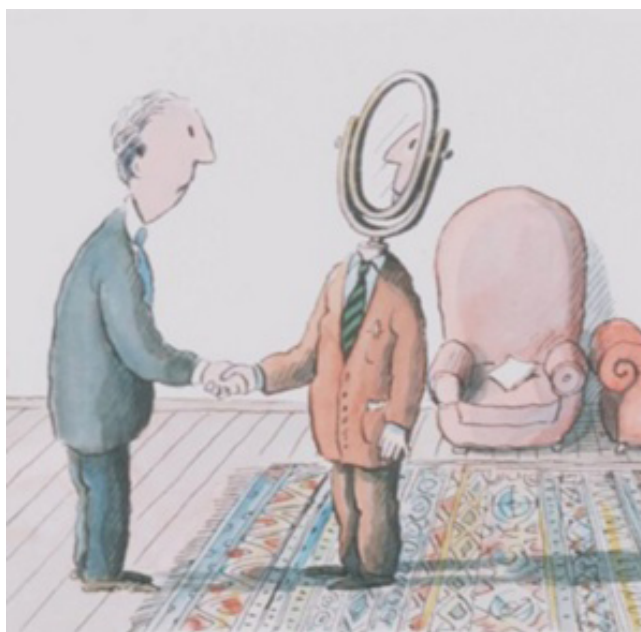
Un cadre qui inspire : reconnaissance et permission de penser

Ce que je souhaite souligner, c'est que lorsque le cadre est suffisamment soutenant, il y a de fortes chances que les signes de reconnaissance qui y circulent soient perçus comme inconditionnels positifs. À l'inverse, quand les signes de reconnais-

sance sont conditionnels, ils peuvent valoriser les faits réalisés, mais sous une réserve implicite de conformité. Pour l'apprenant, ils peuvent se traduire par "ce n'est pas suffisant" ou "je dois encore faire mieux". C'est-à-dire des signes de reconnaissance souvent vécus comme conditionnels.

Dans une transaction Adulte-Adulte, la reconnaissance porte sur le processus, la réflexion, la tentative. Elle invite à analyser, à chercher, à élaborer. L'Enfant n'est plus mobilisé pour se protéger ou s'adapter ; c'est l'Adulte de l'apprenant qui est sollicité.

En écrivant ce texte, je repense à une interview du dramaturge et comédien Wajdi Mouawad¹⁰. Interrogé sur son parcours professionnel, il évoque son expérience scolaire difficile et la manière dont il se pensait "nul". Lorsque l'interviewer suggère que ce sont peut-être les enseignants qui lui renvoyaient cette image, il insiste : il ne



10– *Le Grand Atelier*, France Inter, émission du dimanche 8 février 2026, épisode intitulé "On écrit parce qu'on n'est pas d'accord". Ça me parle aussi.

s'agissait pas seulement de ce qu'on lui disait, mais de ce qu'il avait fini par croire de lui-même. Il se souvient qu'à l'école, les adultes semblaient avoir "le désir de lui dire ce qu'il fallait penser." Cette posture a contribué à renforcer une vision négative de lui-même.

Puis certaines rencontres ont transformé son rapport à lui-même et aux autres. Il raconte notamment l'impact de personnes "beaucoup plus âgées" qui, dit-il, "m'ont regardé [...] ont senti quelque chose de moi, peut-être que je ne savais pas de moi [...] elles m'ont fait voir une forme de sensibilité que j'ignorais." Il ajoute : "ils ont pris le temps de me témoigner du temps, de l'attention, de l'écoute" ; "ils m'ont donné la parole, m'ont permis d'échapper à une vision négative de moi."

Devenu à son tour passeur, il résume sa posture ainsi : "Apprenez-moi ce que je ne sais pas de vous !" et conclut : "Transmettre, ce n'est pas écraser par la pensée, c'est donner la parole. C'est ça, transmettre." Cette formule résonne profondément avec la question du cadre. Il ne s'agit pas de renoncer à la structure, mais d'ouvrir un espace où chacun peut s'exprimer et réfléchir sans être dominé par le savoir.

En conclusion, il me semble que la question du cadre ne peut être dissociée de celle de la posture de celui qui le tient. En tant que formateur, il peut être utile de porter une attention particulière à ce qui se mobilise dans la relation : les mouvements de transfert, de contre-transfert, les processus parallèles, ainsi que les différentes facettes de notre positionnement, notamment lorsque le Parent Normatif prend le pas.

Mais ces dynamiques ne concernent pas uniquement celui qui tient le cadre. Elles traversent également ceux qui y participent, les apprenants, notamment dans la manière dont chacun perçoit, interprète et investit les figures d'autorité.

Dans cette perspective, il ne s'agit pas tant de corriger ou de maîtriser ces phénomènes, que de pouvoir, progressivement, les rendre

pensables. C'est peut-être là que se situe un des enjeux essentiels : créer des espaces où ces mouvements peuvent être reconnus, élaborés, et parfois transformés.

Commentaire de France Brécard, directrice de la publication

Cet article, très intéressant, peut concerner aussi bien les élèves que les enseignants. Aussi, si vous avez envie de réagir, n'hésitez pas à nous envoyer vos pensées sur le sujet. Nous les publierons si nous pensons qu'elles peuvent être utiles pour les formateurs et les supervisés.

Les citations de Jérôme Spick

Thich Nhat Hanh

Citations tirées de son livre *Le Bonheur*

"Beaucoup d'entre nous continuent à courir, même pendant le sommeil."

"[...] nous avons besoin d'apprendre l'art de nous arrêter."

"Le corps est notre première demeure. Nous ne pouvons pas nous sentir chez nous dans le monde si nous ne nous sentons pas chez nous dans notre propre corps."

"Vous avez rendez-vous avec la vie. Si vous manquez le moment présent, vous manquez ce rendez-vous."

"Aucun de nous n'est assez fort pour embrasser seul ses peines et ses douleurs."

"Écouter en profondeur signifie simplement écouter avec compassion."

"Puisse chacune de mes paroles être une pièce brodée."

"Quand quelqu'un est heureux, c'est tout son entourage qui en profite. C'est pourquoi je considère le bonheur comme une affaire professionnelle."