

Quand l'épreuve permet à l'individu de formaliser des savoirs auxquels il pourra se confier

Je partage avec vous un texte que j'ai rédigé pour un appel à communication pour un colloque sur le thème: «épreuve, savoirs et confiance». Il s'enracine dans ma pratique professionnelle.



Épreuve. Ce mot renvoie à plusieurs sens : l'épreuve comme douleur, souffrance, ou bien comme test, évaluation, ou encore comme dépassement de soi lors d'une performance sportive ou artistique, mais aussi comme cheminement initiatique.

Professionnellement, les personnes ou une équipe nous sollicitent lorsqu'ils traversent une épreuve, dont ils ont le sentiment qu'ils n'auront pas la capacité ou la force de l'affronter seuls. L'épreuve est alors vécue comme un accident, au sens que propose C. Fleury dans *Pretium doloris*. Il y a parfois le pressentiment que quelque chose pourrait s'y révéler. Ce qui pourrait être relié à la notion d'éveil, au sens socratique. « L'éveil est le premier moment de la transformation intérieure ». Cet accident ou épreuve va amener à sortir d'une forme d'assoupissement et stimuler le « connais-toi toi-même » de Socrate. Les dimensions de l'inconfort, de la souffrance, sont d'abord formulées, puis émerge celle de la vulnérabilité. La vulnérabilité du corps entraîne la vulnérabilité de la représentation de soi et de son potentiel. « Le corps accidenté a des effets jusque sur la perception phénoménologique. Il peut me faire douter de mon être, voire de mon étant » (C.Fleury).

Que viennent alors chercher les personnes ? Qu'imaginent-elles que nous pourrions apporter ou résoudre ? Et nous, que pensons-nous pouvoir permettre ou faciliter ?

Un premier constat. L'être humain ne peut pas ne pas changer. Le processus du vivant, est un processus dynamique de transformation, à l'œuvre en permanence, tout au long de toute vie. Au fil de ma pratique et de mes lectures, une question s'est immiscée. Y aurait-il une connaissance ontologique, un « équipement » non conscient avec des processus de transformation, présent en chaque être humain, dont l'accès à la conscience serait activé grâce aux épreuves de la vie ?

Lors d'une épreuve de vie, la vulnérabilité est principalement issue du fait que l'individu est précipité dans de l'inattendu et de l'inconnu. Se crée une faille où peut-être, aussi, réside de l'inespéré. C'est dans cette temporalité incertaine que la conscience de la perte de quelque chose, d'une idée de soi ou de sa capacité d'action, peut solliciter ou actualiser des besoins vitaux fondamentaux. Nous retiendrons les trois principaux évoqués par F. Cheng : « désir de réalisation, désir de dépassement et désir de transcendance ». Là, se dessinent les voies de l'accompagnement où, comme l'énonce C. Fleury, « il ne s'agit pas de conserver son soi mais de faire du soi le principe de conservation ».

Deuxième constat. Si épreuve majeure il y a, puissance vitale à la hauteur de cette épreuve il y a, puisque les personnes sont là pour nous en faire le récit.

Alors se fonde une conviction. L'épreuve recèle une opportunité d'apprentissage, de dépassement et potentiellement de transcendance. Peuvent s'y révéler de nouvelles ressources, insoupçonnées, en soi et se façonner l'accès à de nouvelles connaissances sur

soi, les autres et le monde. C'est le cheminement maïeutique de Socrate et d'Henri Desroche. Le professionnel ouvre alors un espace/temps de résonance et d'élaboration de la pensée singulière qui permettra la transformation du vécu douloureux de l'épreuve en une nouvelle production de sens et de mise en perspective de savoirs.

Une approche nous semble propice, celle du récit de l'expérience de soi dans l'épreuve. Pour cela, nous avons choisi le principe de la conversation, avec sa dimension de réflexivité et de vivacité. « Un genre nouveau de conversation (qui) nous donne le courage de prendre conscience que nous sommes en mesure de faire nos propres choix », comme le propose T. Zeldin. Cette proposition vise à ce que l'individu puisse mettre clairement en lumière ce qu'il voit et perçoit de la situation qu'il traverse. Accompagner chacun à décrire la nature des faits en présence et des risques encourus permettra, à lui comme à nous, de découvrir son paysage de l'épreuve. Puis, par le creuset de ce qui fait risque et valeur pour la personne pourra se découvrir, en filigrane, ce qui ferait alternative ou nouvelles options pour elle. Se profile alors une nouvelle possibilité de créer du sens et de la connaissance, de mobiliser une énergie plus constructive et bien souvent plus enthousiaste. C'est une invitation à un changement de regard et donc de perspective, ce que Nabati et Desroche appellent un potentiel initiatique.

Un autre axe, méthodologique, invitera la personne à venir habiter ce nouvel espace et à y opérer un basculement majeur. L'enjeu sera la prise de conscience et la structuration de ses forces propres. À la croisée des travaux de M. Sansregret sur les démarches d'apprentissage expérientiel et de P. Clervoy sur la dynamique cérébrale, nous chercherons à activer quatre aspects fondamentaux. Le dévoilement des capacités et des stratégies d'agir, propres à la personne, par le biais d'analyses très précises d'expériences vécues, antérieures à l'épreuve et issues de la traversée de l'épreuve. La symbolisation de son histoire au moment où la personne a pu en faire un récit libre du regard des proches, avec une subjectivité assumée. La structuration des connaissances qui ont émergées de ces expériences traversées. La formalisation de savoirs transférables que la personne se reconnaît.

Pour conclure, notre hypothèse serait que l'épreuve, en ouvrant une faille majeure dans le vécu et la représentation de soi, peut y révéler des savoirs propres et un gisement de potentialités insoupçonnées, qui deviennent les fondements de la confiance en soi, ou plus précisément dans les ressources du soi.

CLERVOY P. *Les pouvoirs de l'esprit sur le corps*, 2018, Odile Jacob

CHENG F. *Cinq méditations sur la mort*, 2013, Albin Michel

FLEURY C. *Pretium doloris*, 2002, Fayard

SANSREGRET M. *La reconnaissance des acquis – Principes*, 1988, Hurtubise

ZELDIN T. *De la conversation*, 2000, Fayard