

Quelques dynamiques émergent de l'expérience et leur accompagnement

Résumé :

Une même dynamique de vie semble toujours exister dans le mouvement émergent de l'expérience et conduisant à diverses formes de réalisation : à partir des sensations fournies par le corps en situation (plus ou moins perçues et filtrées) et d'une intention (plus ou moins claire et plus ou moins affirmée), la personne utilise les obstacles qu'elle rencontre pour affiner son fonctionnement propre et construire du sens. Cette dynamique est à l'œuvre aussi bien dans une perspective de production que dans une perspective d'accompagnement. En une trentaine d'années, j'ai observé et mis en œuvre les deux formes de base de cette dynamique de vie

- la dynamique autodidacte est observable quand des personnes ont "réussi", au sens social et financier du terme, sans être passées par l'école. Ces personnes inventent et entrent dans une dimension cognitive à partir de tâches qui ne sont pas, elles, d'ordre cognitif.
- l'accompagnement de proximité est observable quand, de sa propre initiative, une personne en soutient une autre aux prises avec de la fragilité (jeunesse, grand âge, précarité sociale, handicap...) Ce soutien opératif, essentiel, mais informel n'est pas toujours mis en conscience par les intéressés.
- La "démarche de l'éducation durable" a été mise en œuvre pendant quelques années dans un lycée professionnel, avec pour cadre les mobilités de jeunes permises par les programmes d'éducation proposés par la Commission Européenne. Les jeunes qui s'y sont investis ont évolué, parfois de manière spectaculaire de même que ceux qui accompagnaient.

Au niveau des micro-dynamiques en situation, tout passe par le corps, naturellement capable de combiner l'action de recevoir et d'émettre de l'information à travers les filtres sensoriels dans un maniement global de l'information. Quand tout se passe bien (et il faut parfois un peu de soutien), s'observe une ou des "résonances" selon le terme de H. Rosa, philosophe et sociologue actuel. Dans la démarche de l'éducation durable, nous cherchions à ce que s'installe un terreau pour ces résonances, pour que, face aux difficultés, les jeunes ne glissent dans le fonctionnement que S. Milgram a décrit comme "soumission à l'autorité". La plasticité cérébrale, qui existe tout au long de la vie, m'incite maintenant à ne pas restreindre l'opérativité de cette dynamique de vie à l'accompagnement des jeunes. Comme l'essentiel se passe dans le corps (l'organisation de l'action comme celle de la pensée), il me semble pertinent d'être particulièrement attentif à notre propre détente corporelle profonde. C'est un terreau pour nos actions et de notre réflexion. En particulier, tous les choix que nous opérons plus ou moins consciemment reposent à chacun de nous, actuellement des questions similaires : que voulons-nous face aux restrictions sensorielles et aux fonctionnements algorithmiques que la société technologique nous incite à adopter exclusivement ?

Abstract : The same dynamics

The same dynamic of life would always seem to exist in the movement emerging from experience and leading to various forms of realization: from the sensations provided by the body in situ (more or less perceived and filtered) and from an intention (more or less clear and more or less assertive), the person uses the obstacles she/he encounters to refine her/his own functioning and to construct a sense. This dynamic is at work both in terms of production and support. During the last thirty years, I have observed and implemented the two basic forms of this dynamic of life.

- Self-directed dynamics can be observed when people have "succeeded", in the social and financial sense of the term, without relevant education. These people invent and enter into a cognitive dimension starting from tasks which in themselves are not cognitive.

- The spontaneous caregiver is observable when, from her/his own initiative, one person supports another who is in the grips of fragility (youth, old age, precariousness, disability, etc.) This operational, essential, but informal support, is not always consciously provided by the interested parties.
- The “sustainable education approach” was implemented during a period of some years in a vocational high school, within a framework of mobile young people enabled by EU educational programmes. These young people have evolved, at times in a spectacular manner, as well as have those who accompanied them.

At the level of micro-dynamics in situ, everything passes through the body, naturally capable of combining the action of receiving and transmitting information through the prism of sensorial filters in a global information context. When everything goes well (and sometimes support is needed), “resonances” can be observed, according to the term used by H. Rosa, philosopher and sociologist. In the context of sustainable education, we were seeking an appropriate environment for these “resonances”, so that, in the face of difficulties, young people would not slip into what S Milgram describes as “submission to authority”. Cerebral plasticity, which exists throughout the whole life cycle, encourages me to widen the functioning of this life dynamic further than the context of accompanying young people. Since the essential happens within the body, (the organisation of action as well as that of thought), it seems to me relevant to be especially attentive to our own profound body relaxation. It is a breeding ground for our actions and our thinking. In particular, all the choices that are made more or less consciously lead to similar questions: faced with sensorial restrictions and algorithmic workings that a techno society has incited us to adopt exclusively, what do we want?

Riassunto

Da sempre, nel movimento che emerge dall’esperienza e che porta a diverse forme di realizzazione, sembra esserci una stessa dinamica di vita. Partendo dalle sensazioni fornite dal corpo in una situazione (sensazioni che possono essere percepite e filtrate in modo più o meno chiaro) e da un’intenzione (più o meno chiara e dichiarata), l’individuo si serve degli ostacoli incontrati nella vita per migliorare il suo funzionamento e trovare un senso.

Questa dinamica agisce sia in un’ottica di produzione che di accompagnamento. In una trentina d’anni ho potuto sia osservare che utilizzare entrambe le forme di base di questa dinamica di vita la dinamica autodidatta si riscontra nelle persone che “ce l’hanno fatta”, sia nel senso sociale che finanziario del termine, senza l’aiuto di un percorso scolastico. Queste persone inventano ed entrano dentro una dimensione cognitiva, partendo da compiti che non hanno invece questa natura.

L’accompagnamento di persone “diverse” (spontaneous caregiver) si osserva ogniqualvolta una persona, di propria iniziativa, ne sostiene un’altra che è alle prese con la propria fragilità (gioventù, terza età, precarietà sociale, handicap...). Di questo tipo di sostegno operativo, essenziale, ma informale, spesso, le persone che lo ricevono non sono consapevoli.

L’ “educazione sostenibile” è stata applicata in un liceo professionale per qualche anno, all’interno di un contesto di mobilità dei giovani, permessa dai programmi educativi proposti dalla Commissione Europea. I giovani che hanno partecipato a questo progetto sono evoluti in modo spettacolare, così come coloro che li accompagnavano.

A livello di micro-dinamiche, tutto passa attraverso il corpo, il quale, in modo del tutto naturale, è capace di conciliare l’azione di emettere e ricevere informazioni attraverso dei filtri sensoriali, grazie ad un rimaneggiamento globale delle informazioni stesse.

Quando tutto va bene (occorre a volte un po’ di sostegno) si osservano una o più “risonanze”, per utilizzare un termine di H. Rosa filosofo e sociologo contemporaneo.

Nell'ottica di un'educazione sostenibile facciamo in modo che si crei un terreno fertile per queste risonanze, per evitare che i giovani, davanti alle difficoltà, cadano in un tipo di funzionamento che S. Milgram chiama "sottomissione all'autorità".

La plasticità cerebrale, presente durante tutta la vita, mi spinge ora a non limitare l'uso di questa dinamica all'accompagnamento dei giovani. Siccome ogni cosa essenziale avviene nel corpo (l'organizzazione dell'azione e del pensiero) mi pare pertinente di fare attenzione anche al rilassamento profondo del nostro corpo. Si tratta di un terreno fertile sia per le nostre azioni che per le nostre riflessioni. In particolare, tutte le nostre scelte più o meno consapevoli ci sottopongono a domande simili: che vogliamo fare di fronte alle restrizioni sensoriali e ai funzionamenti algoritmici che la società tecnologica ci invita ad adottare in modo esclusivo?

Quelques dynamiques émergent de l'expérience

et

leur accompagnement

En rassemblant mes idées pour rédiger ce texte, j'ai été étonnée de repérer à quel point mes domaines d'investissement procèdent d'une même curiosité, qui irrigue différents domaines comme une même sève irrigue différents grains d'une même grappe. J'ai en effet en permanence travaillé à éclaircir comment se fondent diverses dynamiques vivantes de l'humain en situation. Elles ont été perçues de l'intérieur, émergent de ma propre expérience et de l'extérieur mes activités d'accompagnement. Je propose en effet maintenant des ateliers de Qi Gong retrouvant dans ma pratique du mouvement du corps aussi bien la conscience des dynamiques à l'œuvre dans le mouvement que la question des tâtonnements permettant l'ajustement d'une personne à sa propre dynamique. J'ai touché avant à divers contextes : les processus de remédiation cognitive en lien avec l'enseignement des mathématiques en lycée professionnel dans les années 90, les actions/réflexions pédagogiques menées à partir des programmes proposés par la Communauté Européenne (la "démarche de l'éducation durable") quelques années plus tard.

Tout cela m'amène maintenant à tenter de donner plus de lisibilité aux courants profonds qui animent ma curiosité. Bien sûr, toutes sortes de personnes, dans des domaines différents et à leur manière font de même en inscrivant leur réflexion dans un contexte différent. Quelles caractéristiques fondent de telles dynamiques primordiales tout en restant dans l'ombre ?

1 – Dans le monde professionnel, les dynamiques émergent de l'expérience

Comment nous y prenons-nous en situation pour dépasser les difficultés qui entravent notre élan d'humain vivant ? Pour une étude menée dans le cadre des Sciences de l'Éducation, j'avais échangé avec des personnes "autodidactes" de tous âges : à partir d'un bagage scolaire limité puisque le baccalauréat n'y figurait pas, ils et elles avaient appris par et dans l'expérience jusqu'à une "réussite" dont j'avais retenu comme critères la visibilité sociale reconnue et une composante financière affirmée. Avec des bases de fonctionnement différentes, ces personnes incarnaient la réalisation du projet social de l'école : efficacité technique, citoyenneté responsable, capacité d'expression créative. Les domaines d'investissement étaient divers : technique (mise au point d'une innovation technologique), économique (patron d'une entreprise), artistique/sportive... Ces personnes entraient dans une dimension cognitive à partir de tâches, qui n'étaient pas, elles, d'ordre cognitif et je m'intéressais aux processus mis en œuvre dans la durée ainsi qu'au regard porté sur sa propre évolution.

À mon grand étonnement, chaque fois, s'exprimait une même trame de processus : à partir des sensations fournies par le corps, et, d'une intention personnelle affirmée, la personne utilise les obstacles rencontrés pour à la fois raffiner en pratique un fonctionnement propre et construire de la signification. Le mouvement reste soutenu par une ténacité suffisante pour ne pas "*lâcher trop facilement l'affaire*". Les personnes engagées dans cette "dynamique autodidacte" avaient toutes, à la fois la conscience d'être différentes de la plupart des autres ("*c'est comme être un gaucher dans un monde de droitiers*"), et considéraient cette particularité comme une composante identitaire parfois inconfortable à vivre.

En termes de relation Moi/monde, quatre autres composantes étaient en outre toujours présentes :

- Être en prise directe avec l'environnement par l'intermédiaire des sens, en lien avec le "*plaisir*" de "*faire du bon boulot*", de "*rencontrer les autres*", de saisir des "*opportunités*", avec le besoin de se renouveler soi-même à travers l'innovation, le défrichage d'une activité nouvelle, la remise en question de soi-même... L'un d'entre eux disait : "*quand, à un moment, je cale et je ne sais plus comment m'y prendre, je vais plonger, et quand je reviens, j'ai trouvé quelque chose*".

- L'option fondamentale de la sensorialité active en situation colore tous les processus courants. C'est donner, par exemple, plus de poids à une parole qu'à un écrit, c'est faire confiance à un ressenti informel pour s'engager dans un chemin original. Et c'est aussi ne pas supporter trop longtemps de se sentir enfermé dans des routines de pensée et/ou d'action...
- "*Repérer l'essentiel dans le bruit des informations*" et organiser l'ensemble dans un tout signifiant constitue une autre caractéristique. Cet essentiel n'existe que par rapport à l'intentionnalité de la personne engagée.
- La dynamique mise en actes n'aurait jamais pu s'installer sans l'existence d'un moment particulier de relation à une autre personne : **toujours**, une personne faisant figure de référence sociale (hors famille), comme un maître d'apprentissage, un "*chef*", "*un patron*"... a ouvert une perspective d'avenir, en "*donnant l'autorisation d'oser*", en "*aidant à se projeter dans l'avenir*". S'est installé là, dans un moment fondateur chargé d'émotion réactivée par l'évocation, un durable sentiment d'être reconnu, de pouvoir avoir confiance dans ses propres potentialités. Longtemps après, le mouvement installé pendant ce moment opère toujours.

Même si nous sommes souvent plus influencés par la polarité opposée que j'avais appelée "académique", nous partageons tous, quelques traces, de cette dynamique autodidacte, Elle organise un fonctionnement à partir des sens, porteur d'une certaine fiabilité silencieuse et invisible qui opère la plupart du temps en dehors de notre conscience. Elle colore à notre insu notre manière d'être et de voir le monde, et elle installe en nous ce qu'Albert Bandura appelle le "sentiment d'auto-efficacité" (Bandura A. – 2003). La confiance lucide dans nos propres capacités nommée ainsi, appréciée sur une échelle de 1 à 10, émerge de ce qui est ressenti par nos sens en situation. Elle explique pour A. Bandura un devenir individuel et/ou collectif qui peut être statistiquement prévu. À mon sens, la dynamique autodidacte consciente ou non est le terreau du sentiment d'efficacité.

2 – De l'accompagnement de proximité à la démarche de l'éducation durable

Quelques années avant celui de la "dynamique autodidacte", je m'étais intéressée au phénomène de "l'accompagnement de proximité". Ce terme recouvrait l'ensemble des processus sous-jacent à différentes pratiques spontanées de lutte contre l'exclusion. Il était alors question, avec les mots de l'époque, de "*lutte contre la fracture sociale*" : le soutien aux personnes aux prises avec toute la diversité des fragilités humaines (intégration sociale difficile, maladie, enfance, handicap, vieillesse et fin de vie...). Dans les années 90, ce phénomène de soutien, bien que facilement observable en pratique passait inaperçu dans la conscience sociale. Il faisait simplement partie des pratiques ordinaires en étant parfois qualifié de "convivialité". La part active, le soutien opératif essentiel mais informel n'était quasiment jamais mis en conscience, y compris, souvent d'ailleurs, par les intéressés eux-mêmes. C'est ainsi que la gestalt-thérapie à laquelle je me suis formée un tout petit peu plus tard, m'était apparue comme une version professionnalisée, donc plus organisée et plus visible de l'accompagnement de proximité.

En pratique, la mise en conscience de "ce qui se passe en situation" fournit à la personne accompagnée un fondement à peu près objectivable d'informations formant terreau pour que la personne accompagnée développe sa propre dynamique. Dans l'accompagnement de proximité, le processus d'organisation de l'action de l'accompagné s'élabore de manière informelle avec plus ou moins d'aide. Seuls comptent les effets. Or, le processus d'élaboration d'une action en situations courantes est similaire à celui qui mène à plus d'abstraction, dont Reuven Feuerstein a développé le soutien dans l'Expérience d'Apprentissage en Médiation. D'où l'intérêt d'entraîner dans un contexte scolaire à l'observation de "ce qui se passe" (la prise en compte de l'expérience) : le "vivre ensemble" a souvent besoin d'être travaillé en même temps que les processus d'élaboration d'une réflexion plus abstraite. C'est ainsi qu'une poignée d'enseignants dont je faisais partie a travaillé à la mise en œuvre de la "démarche de l'éducation durable", avec essentiellement des jeunes scolarisés en lycée

professionnel dans le cadre des mobilités permises par les programmes d'éducation proposés par la Commission Européenne.

En filigrane, de la dynamique autodidacte, de celle de l'accompagnement de proximité comme de celle de la démarche de l'éducation durable est véhiculée l'idée qu'il est possible d'influer en partie son propre futur, dans une mise en actes de la notion de "*modifiabilité*" de l'humain, maintenant biologiquement attestée par la plasticité cérébrale. Elle permet comme le formulait R. Feuerstein de « *créer chez l'homme une sensibilité qui lui permette d'utiliser chaque expérience de sa vie pour se modifier de façon continue* » (Feuerstein R. - 1993 – p. 9). À travers cette modifiabilité s'exprime l'aspect créateur de l'humain tout en rendant imprévisible le résultat de l'évolution. Cette idée de modifiabilité de l'humain organise d'ailleurs implicitement la façon dont les personnes engagées dans une dynamique autodidacte conçoivent le processus de transmission : "*Je te donne accès à ce que je suis. Écoute, observe, imite, comprend. Vérifie par ton expérience. Tu trouveras alors ta propre façon de faire. Fais en bon usage dans les situations que tu rencontreras*".

Durant les années de mise en œuvre, nous avons mieux compris le processus d'ensemble et nous avons aussi vu tous ces jeunes évoluer, parfois de manière spectaculaire. Quand les accompagnants que nous étions, arrivaient à réguler tranquillement les processus des jeunes, nous observions qu'une multitude de bribes de fonctionnements s'agrégeaient, construisant progressivement de l'autonomie et de la capacité de relation. Nous observions une amélioration de l'opérativité en pratique comme une élaboration et une re-élaboration permanente de la citoyenneté démocratique sur la base du respect mutuel. Les relations de domination/soumission, en particulier, étaient évitées.

Prenons un exemple de brève de situation formant matrice de cette démarche de l'éducation durable. Des jeunes bretons, des jeunes siciliens ainsi que leurs professeurs sont déposés par un car du côté normand de la baie du Mont Saint Michel. Quand l'animateur propose à tout le monde d'enlever ses chaussures pour rejoindre à pied l'autre côté. L'imaginaire de chacun se déploie, évidemment ! Enlisés, épuisés, perdus, noyés... ? L'environnement semble (très) hostile en ce début du printemps ! Il fait un froid assez vif. Le sable mouillé paraît glacé et les uns et les autres ne se connaissent pas vraiment. Personne n'est obligé de se lancer, bien sûr. Mais chacun doit se décider. Pendant la traversée, pourtant, spontanément, toutes sortes de conversations s'engagent, blagues de potaches, recettes de lutte contre le froid, considérations philosophiques et mythologiques, techniques cinématographiques, questions physiques et écologiques... Tout cela nourrira pourtant par la suite les réalisations ultérieures du projet, souvent de manière inattendue.

3 – Les micro-phénomènes à l'œuvre en situation : "aisthestai" et "résonance"

Quels germes sont actifs dans les micro-dynamiques à l'œuvre ? Les sens mettent l'organisme humain en relation avec l'éco-système dans lequel il se situe à travers un "faire-contact" spontané parfois difficilement accessible pour toutes sortes de raisons qu'il n'est pas forcément nécessaire d'exhumer. Laura Perls (fondatrice avec d'autres de la gestalt-thérapie, qui a considérablement influencé mes façons de travailler) parle de quelque chose d'essentiel dans le faire-contact à travers le terme du grec ancien "aisthesthai" : « *Il s'agit d'un phénomène constant de va-et-vient, d'oscillation entre moi et l'autre. Aucun mot français, anglais, allemand ou d'une autre langue indo-européenne ne peut rendre compte de ce phénomène à l'exception de "aisthesthai"* » (Vivre à la frontière – p. 129).

En terme actuels, nous dirions que ce micro-phénomène d'aesthestai combine l'action de recevoir et d'émettre de l'information en situation à travers un maniement et une transformation **corporels**. Ce micro-phénomène semble en partie lié à l'existence des neurones-miroirs, présents en nous bien avant que Giacomo Rizzolatti ne les mette en évidence dans les années 90, lui fournissant ainsi un support biologique. Dans la pratique, quand l'accompagnement ou l'auto-accompagnement n'est pas

suffisants, le micro-phénomène "aesthestai" ne se produit pas pleinement ou ne se produit pas du tout et la personne semble enfermée dans sa bulle, sans vraiment de réaction

Ce micro-phénomène "aesthestai" exprime simplement que nous sommes vivants, et que des résonances entre nous et notre environnement sont possibles. Mais il ne faut pas non plus qu'elles amènent de la destruction. Depuis les années cinquante du siècle dernier, nous savons que les systèmes mécaniques sont le lieu de résonances et nous connaissons quelques moyens par lesquels un humain peut les réguler. Les "boucles de rétro-action" permettent en effet de ramener certaines données d'un système mécanique à des valeurs acceptables tandis que des "résonances", amplifiant les valeurs jusqu'à la rupture ont besoin d'être régulés par l'effet d'éléments dissipatifs. Un régime d'équilibre s'installe alors. Balançoires, marées, production de son, bâtiments soumis aux tremblements de terre... sont porteurs de ces phénomènes de résonance mécanique.

Les systèmes vivants disposent d'une option supplémentaire, celle de la transformation interne sous la forme d'une croissance, c'est à dire celle d'une réorganisation profonde du système intérieur. Avec les jeunes engagés dans la démarche de l'éducation durable, nous observons de tels sauts qualitatifs sous la forme de réalisations artistiques insérées dans les projets ainsi que de capacités imprévues d'analyse des situations. Hartmut Rosa, philosophe et sociologue allemand actuel de l'Université de Leipzig a généralisé cet aspect de résonance (Rosa H. - 2018), dans la dynamique du vivant humain. Nous l'avons observé en pratique et à une autre échelle. Pendant les années de la démarche de l'éducation durable, nous avons ainsi "cultivé" les résonances et observé les résultats de transformation intérieure : tellement de jeunes sont sortis de leurs habitudes, d'un entre-soi exclusif pour s'ouvrir au monde et évoluer à partir d'un sentiment suffisant de sécurité en y trouvant même du plaisir !

4 – Une dynamique primordiale de l'humain vivant

La démarche de l'éducation durable nous donnait le sentiment d'installer de la tranquillité et de la stabilité dans les fondements du tissu social à une époque où Hubert Montagner remarquait : « *les vrais problèmes de la société française (et des sociétés comparables) ne résident pas en premier lieu dans les replis sur soi et les isolements, dans la marginalité sociale, dans les agitations et ébullitions comportementales et dans les conduites asociales, violentes et dévastatrices, mais dans l'empilement des insécurités affectives qui les génèrent* » (Montagner H. - 2006 – p. 209). Nous travaillions à déconstruire de tels empilements et à ce que des jeunes se tranquillisent de l'intérieur. La dimension cognitive de l'existence était bien sûr tout aussi présente. Je pense à ce qu'a généré, pour un jeune, la surprise de comprendre que traduire le mot « pomme » en grec (μυλο) ne revenait pas du tout à transcrire avec des lettres grecques le mot français entendu (« Πωμ »). Dans le groupe présent, a émergé une réflexion quasi philosophique sur ce qui relie un mot à la chose..., sur les différences entre générations dans les paroles et les actes, sur ce qui est attendu et se réalise ou non... Le processus global a duré plus d'une année scolaire.

En situation, l'interaction entre la personne concernée et son environnement nous semblait se « désencombrer » (déconstruction des insécurités affectives), ce qui générait ensuite un processus de transformation. De notre point de vue, c'était aussi une réorganisation des « compétences-socles » (Montagner H. – 2006) installées chez le petit enfant par l'éducation première et qui sous-tendent et orientent les conduites les plus complexes. À l'origine ? Un germe de confiance en soi et en l'autre, comme dans la traversée de la baie du Mont Saint Michel. Divers petits riens, comme le fait de ne pas rester figé de terreur parce que le clavier de l'ordinateur diffère de celui dont on a l'habitude, comme le fait de réagir de manière moins réflexe à l'« agression » ressentie à travers le niveau sonore des discussions méditerranéennes...

Sous l'angle des régulations, nous tenions ainsi compte, sans le savoir, de ce que Myriam Taylor appelle "fenêtre de tolérance/adaptation" (Taylor M. 2016. p. 79 et suivantes) dans sa pratique de la Gestalt-thérapie avec des personnes victimes de traumatisme. Quelques tâtonnements nous permettaient d'en clarifier les limites du moment pour tel ou tel jeune. Quand une personne sort de sa fenêtre de tolérance/adaptation, en effet, il peut y avoir traumatisme qui est résonance destructrice. En même temps, rester trop souvent ou trop longtemps à l'abri de toute déstabilisation, loin des frontières de cette fenêtre, fige quelque chose, qui est de plus en plus difficile de remettre en mouvement à mesure que le temps passe. Les mobilités nous donnaient de toutes sortes d'occasions pour que les jeunes puissent cerner en actes et en conscience les limites de leur fenêtre, pour qu'ils puissent expérimenter des déstabilisations suffisantes et générer des résonances de transformation sans se laisser déborder.

Tobie Nathan accueillant des jeunes en danger de radicalisation dans son cabinet, me semble alors pointer un actuel grave déficit d'éducation durable, quand il constate « *Ceux qui ont migré enfants (c'est mon cas) et les enfants de migrants nés en France gardent en leur tréfonds l'expérience d'une inadéquation fondamentale entre le mot et la chose. Il leur en reste un fond de rage. Ils veulent en découdre, du coup tant avec leur passé (leurs origines) qu'avec leur avenir (le monde qu'on leur promet). Les voici avides d'un monde nouveau, un monde qui les aurait attendus, un monde qui viendrait réconcilier les contraires, harmoniser les hétérogènes. Ils seront de la première révolution qui passe* » (Nathan T. - 2017 – p. 16). Comment réanimer la démarche de l'éducation durable dans les contextes actuels ?

5 - Une dynamique non fragmentée d'éducation

La dynamique autodidacte comme celle de l'accompagnement de proximité expriment ainsi la même trame d'un processus du vivant : de l'information est reçue, maniée, transformée, émise... avec pour effet un déploiement global/une transformation plus ou moins important(e). La relation n'est pas de cause à effet, mais de conditionnalité. Nous accordions donc beaucoup d'importance aux situations partagées qui permettaient ensuite de débattre en prenant le temps d'aller au bout. Quel terreau permet de mettre des mots sur un vécu parfois assez intime, comme peut l'être l'agacement répété généré par la mauvaise prononciation de son propre prénom par un étranger ?

Un peu plus tard (en 2008 nous avons mis fin à la démarche de l'éducation durable) Stanislas Dehaene (que nous ne connaissions pas à ce moment-là) a dessiné un contour global pour toutes les petites bribes que nous observions. Dans notre démarche, s'installaient des facilitateurs pour les "piliers de l'apprentissage" pour reprendre son terme. Outre l'importance du repos, il s'agissait, étayés par la pratique en situation, de

- une capacité d'attention, soutenant la capacité de filtrer l'information et d'en organiser le traitement à partir des impulsions organiques de base (s'enthousiasmer et aller vers ce qui semble désirable ; agresser et/ou avoir peur de ce qui semble non désirable en le fuyant ; s'imaginer quelque chose en dehors de tout fondement ou ignorer ce qui est neutre et qui ne vient pas à la conscience),
- une capacité d'action, qui teste, qui expérimente tout en observant ce qui se passe, dans la durée,
- une capacité de reprendre, après-coup, sa propre pratique dans un retour d'informations, permettant le réajustement à partir des informations sensorielles rafraîchies et complétés par le résultat obtenu. Nous considérons cette capacité qui amorce l'automatisation (le dernier "pilier") comme particulièrement utile dans le contexte d'une confrontation à la nouveauté alors qu'un excès d'automatisation peut amener à rester figé par les habitudes ou les réflexes de pensée et/ou d'action.

Comme adultes, nous savions, en effet, qu'à un moment ou l'autre, ces jeunes auraient à faire face aux événements et défis de la vie, et nous espérions que des processus similaires à ceux dont nous soutenions l'installation pourraient se réactiver par transfert en générant un peu plus d'humanisme. Et nous-même, avons appris, entre autres, à bien distinguer les polarités enseignant/élève, toujours présentes, des polarités supériorité/infériorité, ou dominant/soumis... De tels glissements sont si insidieux... Nous avons en tête l'expérience de S. Milgram (1974) sur l'obéissance et la soumission à l'autorité au cours de laquelle plus de 60 % des personnes « normales », c'est à dire sans dispositions particulières pour les actes violents pouvaient être amenées à un « meurtre » (fictif dans le contexte de l'expérience) à travers une certaine contrainte environnementale. Ces personnes n'avaient pas su modifier un comportement quand se répétait l'injonction de continuer provenant d'une autorité même si étaient disponibles d'autres informations pouvant les amener à changer. Il ne nous semblait pas vain de contribuer dans le cadre du milieu scolaire à ce que nous puissions élaborer un terreau permettant peut-être que ces probabilités évoluent...

6 – Quelles régulations internes quand l'humain est déjà devenu adulte ?

La réalité de la plasticité cérébrale nous incite à admettre la possibilité que, même adulte, nous pouvons évoluer. Durant les années de la démarche d'éducation durable, nous nous interrogeons ainsi sur ce dont auraient pu avoir besoin de jeunes collègues pour travailler avec nous dans la perspective que nous commençons à développer. Peu à peu, le plus simple, le plus opératif et finalement le plus efficace nous a semblé de simplement aller un peu plus loin dans l'exploration a posteriori de ce qui s'était passé pour que se construise avec notre soutien une dynamique d'apprentissage "autodidacte".

Cela amenait deux problèmes liés au temps. D'abord, si un entraînement de la conscience immédiate et de l'attention permet de repérer un moment opportun (kairos) en situation, une partie du temps pouvait sembler "improductive". Pourtant, cette durée, pendant laquelle des imprévus obligent à des réorganisations sans fin, permet l'installation ce qui deviendra ensuite terreau de résonances. Et là, encore, se retrouve l'intérêt de notre capacité à percevoir l'information pertinente et à en faire quelque chose sans rester enfermés dans des réflexes. Le corps humain en situation, capable ou non de filtrer et de manier l'information m'a amenée à explorer comment les choses se passent dans l'obscurité intime du corps, accessible à travers nos propres sensations.

En situation, en effet, même si nous n'y prêtons pas attention, la détente corporelle est essentielle. C'est elle qui permet à la conscience immédiate de se porter là où il faut. D'un point de vue physiologique, quand les restrictions de la respiration liées aux tensions en situation s'ajoutent à des crispations musculaires, l'oxygène ne circule pas bien dans le corps et l'angoisse monte. La démarche de l'éducation durable nous amenant parfois, à nos propres frontières de notre fenêtre de tolérance/adaptation du moment, nous avons parfois eu à prévenir des crises de panique, les nôtres comme celles des jeunes. Nous savons bien que pour éviter de percevoir les tensions et l'angoisse qui peut aller avec, l'humain émousse sa sensibilité, donc sa capacité à percevoir l'environnement et ses propres réactions ! Dans la durée, il n'est pas si difficile de prévenir et de s'entraîner à ce que la détente (qui n'est pas effondrement) devienne plus naturelle... Il s'agit simplement de prévention !

L'animation d'ateliers portant sur la pratique de formes issues du Qi Gong taoïste (des mouvements lents effectués en conscience) m'a alors plus tard montré

- qu'était possible un point de vue différent sur le mouvement que celui qui s'est développé dans notre culture, valorisant la force, la rapidité, la prouesse et la compétition,
- que le mouvement était un moyen tranquille et sûr pour raffiner dans la durée, à son propre rythme et à partir de ses propres sensations, les axes existentiels qui nous habitent : perception de l'information provenant de l'extérieur et de l'intérieur de soi, clarification de ce qui nous paraît essentiel, capacité de réalisation tranquille, pleine et aussi ajustée que possible.

Dans la lignée d'une démarche de l'éducation durable pour tous, je prend alors comme postulat pour d'éventuels futurs projets que cette manière de reconsidérer le mouvement pourrait contribuer à fournir un terreau fécond pour les apprentissages intellectuels comme pour prévenir certains problèmes sociaux. L'expérience montre que quand nos propres sensations sont réellement prises en compte, s'installe de fait des différences minimales mais essentielles dans le fonctionnement somato-psychique, ce qui influence le tissu global des réalités individuelles et sociales.

Ces années de démarche de l'éducation durable m'ont aussi appris que si l'action émerge du corps, la pensée aussi, ce qu'Albert Camus remarquait d'ailleurs déjà en 1942 dans le mythe de Sisyphe. Antonio Damasio formule cela autrement : « ...le corps par le biais de sa représentation cérébrale, constitue sans doute l'indispensable cadre de référence de ces processus neuronaux dont nous éprouvons la mise en œuvre comme celle de notre esprit... » (Damasio A. 1995. p. 13). Durant les années "éducation durable", nous développons alors "l'attitude de chercheur embarqué" qui nous amenait à écrire sur notre pratique de manière suffisamment rationnelle pour que nos textes puissent figurer dans des contextes de recherche scientifique. Plusieurs articles ont ainsi été rédigés et j'ai ensuite repris la même méthodologie dans d'autres contextes.

7 – Et maintenant ?

Tout d'abord, ai-je été suffisamment claire pour que transparaisse au-delà des mots et des phrases cette dynamique primordiale de filtre/maniement/transformation de l'information ? Vous la connaissez sans doute aussi. Je n'en suis aucunement propriétaire. L'action de Jacques Puisais, par exemple, me semble reposer sur cette même dynamique : après avoir installé une pédagogie du goût pour les jeunes générations, (la mémoire sensorielle s'installe très tôt), il a créé l'Institut français du goût en 1976 et a écrit plusieurs livres sur cette question.

Néanmoins, maintenant, face aux crises qui s'installent, si nous souhaitons cultiver ce mouvement fondamental de l'humain vivant, il me semble essentiel d'être vigilant(e)s, terriblement vigilant(e)s, en nous rappelant encore et toujours que trop de contraintes empêche aussi une dynamique de s'installer. Les contraintes extérieures, bien sûr, mais surtout celles qui ont été intériorisées sans que nous n'y prêtions attention. Par exemple celle de la technologie devenue tellement banale que nous n'y prêtions plus attention. Pourtant, filtré par elle, l'océan d'information dans lequel nous sommes immergés se réduit à des "données" déjà organisées de manière standardisée. Et si nous prenions le temps de nous laisser inspirer par l'imprévu qui résonne et qui pollinise au-delà de notre conscience du moment, tout en veillant bien sûr en même temps à organiser notre pensée ? C'est ce que font les lanceurs d'alerte.

Repères bibliographiques

FALGAS (Cl). *Accompagnement de proximité et médiation*. Sous la direction de G. AVANZINI. (Université Lumière Lyon 2) Mémoire de Diplôme de Hautes Études de Pratiques Sociales. Équipe de Recherche de l'Institut de la Salle. Lyon. Décembre 1996. (non publié)

FALGAS (Cl.) « *L'éducation au pluriel; et si nous avions à apprendre des autodidactes?* » Thèse de doctorat soutenue en novembre 2003 (Université Rennes 2). Directeur : Patrick Boumard. (non publiée)

Un des articles "éducation durable" : "l'expérience comme une appropriation structurante" au 7ème Colloque International de la SEEE à Madeira – 6 et 7 décembre 2006.

et:

- BANDURA (A.). 2003. *Auto-efficacité, le sentiment d'efficacité personnelle*. Paris et Bruxelles. Editions de Boeck Université.

- DAMASIO (A.). 1995. *L'erreur de Descartes*. Paris. Éditions Odile Jacob.
- DAMASIO (A.). 2017. *L'Ordre étrange des choses ; la vie, les sentiments et la fabrique de la culture*. Paris. Éditions Odile Jacob.
- FEUERSTEIN (R.). 1993. « Le P.E.I. », *Cahiers Binet-Simon*, n° 635, Lyon,
- EKELAND (I.) 2006. *Le Chaos*, Éditions Le Pommier, Paris,
- MILGRAM (S.). 1974. *La Soumission à l'autorité, un point de vue expérimental*, Éditions Calmann-Lévy, Paris, 1994
- MONTAGNER (H.) 2006. *L'arbre enfant, une nouvelle approche du développement de l'enfant*. Paris. Odile Jacob.
- NATHAN (T.). 2017. *Les âmes errantes*. Paris. L'Iconoclaste.
- PERLS (L.) (1992) *Vivre à la frontière*. Bordeaux. L'Exprimerie. Deuxième édition : 2001.
- ROSA (H.), 2018. *Résonance ; une sociologie de la relation au monde*. Paris. Édition La Découverte.
- SNOWDEN (E.) 2019. *Mémoires vives*. Paris. Seuil.
- TAYLOR (M.) 2016 (pour la trad. française). *Thérapie du trauma, neurosciences et gestalt-thérapie*. Saint-Romain-la-Vallée . L'Exprimerie.