

Thème : La prise de distance réflexive.

Question de travail : Comment peut-on définir la distance réflexive, quels liens avec notre pratique en formation et que proposer en pratique ?

Comment peut-on définir la prise de distance réflexive ?

Différents points :

C'est un mouvement vers, un déplacement temporaire, un changement de niveau de conscience, un état cognitif, affectif, émotionnel, sensoriel particulier et en partie contrôlé, une mise en lien, une position symbolique, « fantasmatique ».

En tant que sujet-acteur, c'est être capable de porter un regard constructif et compréhensif sur sa propre activité en situation, tout en restant « connecté » à son activité vécue pour pouvoir l'analyser. P. Vermesch énonce des indicateurs d'évocation d'une action revisitée : utilisation de verbes au présent, décrochage du regard, gestes qui accompagnent le discours, ralentissement du discours, utilisation du je, vocabulaire sensoriel, concret, présence de micro indicateurs (changement d'aspect du visage, des yeux, congruence entre ce qui est exprimé par le corps et ce qui est exprimé).

C'est en soi une réelle compétence à acquérir, de savoir poser une « bonne » distance, de connaître ses propres limites. En effet la « bonne » distance protège le sujet. L'espace de travail créé, résulte d'un équilibre des forces en présence : les unes défensives (méfiance à l'égard de l'autre, nécessité de se protéger, donner à voir une bonne image de soi) mais aussi des forces de progression et de vie (vouloir progresser, mieux se connaître, réussir, revaloriser son estime de soi). « *Le désir de changer et celui de ne pas changer coexistent intimement en chacun de nous.* » (P. Perrenoud, 2001). Un espace de transition symbolique, fantasmatique !

Dans son ouvrage *Tenir conseil*, A. Lhotellier évoque non pas la notion de distance mais de présence : « *La présence est fondatrice, c'est-à-dire constitutive d'une relation humaine fondamentale* ». Ainsi, la distance réflexive est une forme de présence et rapport à soi, aux autres, au social, au travail. Un rapport construit, élaboré et fondateur de nouvelles perspectives d'évolution.

Quels liens avec notre pratique en formation ?

- Travailler sur différents niveaux d'un point de vue métacognitif (voir fiche : objectifs – rubrique : En savoir plus)
- Selon G. LeBoterf, un lien avec le développement des compétences et de la professionnalisation semble pertinent : « *Le professionnel doit être capable de se distancier, aussi bien par rapport aux situations qu'il rencontre que par rapport à sa propre pratique* ». Ce qui permet de travailler l'analyse des pratiques professionnelles, la combinaison des ressources, la connaissance de ses ressources et de sa capacité à

les utiliser.

Que peut-on proposer ?

◇ Savoir poser un cadre de travail sécurisant : c'est en cela que l'atelier représente clairement un cadre. Pas d'analyse « sauvage » n'importe où ! Dès que je conduis une activité d'analyse, les règles du déroulement de l'atelier viennent s'appliquer comme toile de fond, même lors d'un entretien ponctuel. L'animateur est garant des règles de fonctionnement. De plus cette prise de distance est accompagnée et induite par la méthodologie d'analyse elle-même. La distance réflexive n'est pas naturelle en soi, se travaille, est soutenue et accompagnée.

◇ Le cadre sur quoi va porter l'analyse doit être très clairement défini et pour ma part en lien avec le domaine de la formation ou du travail. J'évite des problématiques trop personnelles ou non traitables en groupe.

◇ Contrat d'accord passé avec l'étudiant et/ou le groupe en précisant le déroulement, les règles déontologiques (confidentialité, non-jugement, bienveillance). Je n'oblige personne à s'engager sans son accord. Il faut que l'étudiant se mette en confiance vis-à-vis de moi et/ou du groupe. Ce qui nécessite du temps, de la pratique car l'une des difficultés en tant que formateur, c'est le partage de plusieurs identités : formateur, évaluateur, médiateur lors de cet atelier. D'où un risque de dissonance et de confusion pour l'étudiant.

◇ Travailler son attitude face au groupe. Attitude bienveillante, d'ouverture, de reconnaissance, ne pas forcer la relation. Savoir accepter le silence surtout en tout début de séance. On facilite la prise de distance, on l'accompagne et on protège le narrateur (respect des défenses face à une émotion qui peut survenir). Par exemple, je place le narrateur à côté de moi lors d'une activité d'analyse en groupe et j'évite lors d'un entretien la disposition face à face car très intrusive.

◇ Connaître ses propres limites, ne pas faire d'analyses psychologiques « sauvages ». Savoir soi-même trouver sa propre bonne distance en tant qu'animateur. Éviter le sentiment de toute puissance, de vouloir savoir à la place de. C'est en cela que l'activité de supervision après une activité d'analyse me sert personnellement de recadrage.

◇ L'analyse doit s'inscrire dans la durée. Plusieurs séances sont nécessaires pour que le groupe fonctionne bien sur un mode réflexif. La prise de distance doit survenir naturellement et puis parfois elle n'est pas présente ! De ce fait il faut accepter de rester humble.

