

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

RENCONTRES AU SEUIL D'ÉMERGENCE  
ÉTUDE DU VIVANT DES COMMUNAUTÉS DE PRATIQUE  
DE L'ATTENTION INTER HUMAINE (PAIH)

MÉMOIRE  
PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN COMMUNICATION

PAR  
SOLANGE ST-PIERRE

OCTOBRE 2013

## REMERCIEMENTS

Mon premier remerciement est pour la vie qui m'a fait naître dans ce beau contexte du Québec francophone où il m'a été possible de découvrir, d'étudier et de mettre en œuvre toutes les habiletés relationnelles dont je parle dans cette recherche. Étant de nature plutôt introvertie, j'ai eu la chance de grandir proche de la nature sauvage, en région rurale abitibienne, au milieu d'une famille nombreuse où mes absences pour cause de rêveries passaient souvent inaperçues. Merci pour cette grande liberté de rêver. Merci à mes frères et sœurs, et à mes parents aujourd'hui décédés, pour toute l'attention donnée et reçue aux moments où j'en ai eu besoin, et merci pour mes premières expériences de communauté vécues avec eux. Merci à mon fils pour la complicité partagée depuis toutes ces années. Ma carrière professionnelle dans le domaine de l'administration publique étant maintenant derrière moi, je me suis créé un nouveau milieu de vie avec ces communautés de l'attention inter humaine dont traite ma recherche. J'y suis impliquée depuis une quinzaine d'années et j'y compte la plus grande partie de mes amis. Parmi eux, je voudrais tout particulièrement reconnaître la démarche de ceux qui ont bien voulu m'accompagner tout au long de cette exploration. Certains ont contribué à la réflexion depuis le tout début de ma démarche, d'autres y ont participé de façon ponctuelle ou intermittente. Mais il y a eu aussi toutes ces heures d'échange, tous ces temps de dialogue ou d'écoute donnés et reçus et qui tissent les liens encore plus profondément. Merci à ma partenaire de Focusing pour nos échanges hebdomadaires de temps d'écoute, ma partie ayant très souvent portée sur les méandres de mes questionnements envers le processus de recherche. Merci à ma collègue de l'UQAM, rencontrée au Mouvement vers l'esprit communautaire, avec laquelle les échanges, dans les périodes les plus intenses, étaient quotidiens. Merci à tous ceux qui m'ont offert un peu de leur temps et beaucoup de leurs réflexions concernant l'émergence et la vie de nos communautés.

## TABLE DES MATIÈRES

LISTE DES FIGURES.....	vii
LISTE DES TABLEAUX.....	viii
LISTE DES ACRONYMES .....	ix
RÉSUMÉ .....	x
INTRODUCTION .....	1
CHAPITRE I	
PROBLÉMATIQUE.....	5
1.1 Le contexte et l'élan de cette recherche .....	5
1.1.1 Problématisation de la situation .....	9
1.2 Description et historicité des communautés.....	10
1.2.1 La communauté du Focusing .....	10
1.2.2 Le Mouvement vers l'esprit communautaire .....	12
1.2.3 La communauté des cercles restaurateurs .....	13
1.2.4 La médiation citoyenne .....	14
1.2.5 L'Ordre de l'Inter Être .....	16
1.3 Recension des écrits sur les pratiques des communautés PAIH .....	17
1.4 Dégagement des axes de l'intervention.....	22
1.4.1 Le but et les objectifs de cette recherche .....	23
1.4.2 La convergence des approches.....	24
1.4.3 La dimension communicationnelle de cette recherche .....	25

CHAPITRE II	
CADRAGE CONCEPTUEL DE L'INTERVENTION.....	26
2.1 Filiation épistémologique.....	26
2.2 Structuration et modèles d'intervention.....	26
2.2.1 L' <i>experiencing</i> , une clé d'accès à l'intériorité.....	27
2.2.2 L'approche systémique dans les communautés et dans la recherche.....	27
2.3 Concepts clés de la démarche.....	28
2.3.1 L'autonomie et l'homonomie d'Angyal.....	29
2.3.2 La philosophie du don : tiers paradigme.....	30
2.3.3 La théorie des communautés de pratique de Wenger.....	33
2.3.4 Émergence et vie des communautés.....	34
2.4 Paradigme communicationnel et synthèse conceptuelle.....	36
CHAPITRE III	
MÉTHODOLOGIE.....	38
3.1 Partenariat avec le milieu et entente de collaboration.....	38
3.2 Mon implication en tant que chercheur.....	40
3.3 Éthique de la recherche.....	41
3.4 Justification des techniques utilisées.....	42
3.4.1 La recherche intervention participative.....	42
3.4.2 Deux méthodologies d'approche phénoménologique.....	44
3.4.3 L'écoute sensible par l' <i>experiencing</i> dans l'entretien individuel.....	45
3.4.4 L'approche de la pensée au seuil d'émergence (PSE).....	48
3.4.5 Accès à l' <i>experiencing</i> par le processus de groupe.....	50
3.4.6 Les outils d'analyse.....	53
3.4.7 Les outils de validation.....	55
3.5 Présentation du journal de bord.....	56
3.6 Déroulement de la recherche.....	56

CHAPITRE IV	
PREMIÈRE ITÉRATION DU PROCESSUS D'ANALYSE .....	58
4.1 Présentation du modèle émergent .....	58
4.2 L'histoire coracontée.....	59
4.2.1 L'accueil.....	60
4.2.2 La participation .....	62
4.2.3 La relation .....	66
4.2.4 Le collectif .....	68
4.2.5 L'émergence.....	70
4.2.6 L'engagement.....	72
4.3 Discussion sur le modèle et liens avec les concepts .....	73
4.4 Énoncés pour une lecture des communautés.....	77
 CHAPITRE V	
SECONDE ITÉRATION DU PROCESSUS D'ANALYSE.....	80
5.1 Dissection d'un processus : exploration des présupposés.....	80
5.2 Moments clés et croisement.....	83
5.3 Deux témoins profondément engagés .....	84
5.4 La convergence des approches.....	86
5.5 Le panel de résonance .....	88
5.6 Validité de la recherche.....	91
5.7 Synthèse des résultats et discussion à partir de la question de recherche .....	92
 CONCLUSION.....	96
 ANNEXE 1	
LES 14 ÉTAPES DE LA PSE .....	100
 ANNEXE 2	
ÉLABORATION DU SYSTÈME DE CODIFICATION.....	104

ANNEXE 3	
LISTE DES THÈMES EXPLORÉS .....	109
ANNEXE 4	
EXPLORATION DES PRÉSUPPOSÉS .....	110
ANNEXE 5	
FORMULAIRE DE CONSENTEMENT .....	116
RÉFÉRENCES.....	119

## LISTE DES FIGURES

Figure	Page
3.1 L'écoute sensible selon Scharmer (2009) .....	47
3.2 Étapes 6 et 7 du processus de la pensée au seuil d'émergence (PSE).....	49
3.3 Modèle des rencontres au seuil d'émergence (RSE).....	51
4.1 Modèle émergent du vivant des communautés PAIH.....	59

## LISTE DES TABLEAUX

Tableau	Page
4.1 Processus de création du modèle émergent et de l’histoire coraconcée .....	59
5.1 Comparaison des communautés PAIH .....	87
5.2 Intérêt des répondants pour la convergence des approches .....	89



## LISTE DES ACRONYMES

ADEC	Atelier de développement de l'esprit communautaire
ASSOJAQ	Association des organismes de justice alternative du Québec
CA	Conseil d'administration
CNV	Communication non violente
COPAIH	Communauté de pratique de l'attention inter humaine
DFQ	Diffusion Focusing Québec
FCE	<i>Fondation for community encouragement</i>
IHAP	<i>Inter human attention practice</i>
MAUSS	Mouvement anti-utilitariste en sciences sociales
MBSR	<i>Mindfulness base stress reduction</i>
MEC	Mouvement vers l'esprit communautaire
OBNL	Organisme à but non lucratif
OJA	Organisme de justice alternative
PAIH	Pratique de l'attention inter humaine
POI	<i>Philosophy of the implicit</i>
PSE	Pensée au seuil d'émergence
ROJAQ	Regroupement des organismes de justice alternative du Québec
RSE	Rencontres au seuil d'émergence
RWV	<i>Relating without violence</i>
TAE	<i>Thinking at the edge</i>

## RÉSUMÉ

Ce mémoire présente une étude du vivant de cinq communautés de pratique de l'attention inter humaine (PAIH). Il s'agit d'une recherche intervention participative présentée à la première personne et utilisant une démarche phénoménologique, humaniste, expérientielle et existentielle. Les rencontres, conversations, entretiens et processus de groupe qui constituent le cœur de la recherche sont plus spécifiquement ancrés dans la théorie de l'*experiencing* de Gendlin dont découlent les pratiques du Focusing et de la pensée au seuil d'émergence (PSE). Dans cette recherche, des gens de différentes communautés de pratique se réunissent afin de mieux comprendre le phénomène d'émergence et de vie de leurs communautés et la place de chacun dans ce processus. La démarche collective permet la compréhension des trajectoires individuelles et celle de la formation des communautés, une vision de la convergence des approches (mise en commun des habiletés de chaque pratique) et l'émergence d'un modèle créé à partir des moments de vie des acteurs de la recherche dans une dynamique d'engagement, d'inclusion et de consensus.

**MOTS CLÉS :** Communauté, pratique, processus, Focusing, *experiencing*, *epochè*, collectif, engagement, inclusion, consensus, émergence.

*«Nous parlons d'une transformation à la fois nécessaire et modeste.»*

*(Scott Peck, La route de l'espoir, 1993, p. 73)*

## INTRODUCTION

Ce mémoire présente une étude du vivant de cinq communautés<sup>1</sup> de pratique de l'attention inter humaine (PAIH)<sup>2</sup> sous l'angle de la participation, de la motivation et de la compréhension des acteurs. La recherche porte sur la manière dont les acteurs, engagés à différents degrés dans ces communautés de pratique, s'organisent pour les construire et les faire vivre. Ce regard sous l'angle communicationnel comprend : la communication de chacun avec lui-même (intériorité et perception), la communication interpersonnelle ainsi que les procédés de communication en groupes et ceux visant la communauté élargie et ses rapports avec le monde. Mon intention initiale est de comprendre le phénomène d'émergence et de vie des communautés de pratique de l'attention inter humaine (PAIH) et de mieux cerner la posture de chacun des acteurs dans ce processus.

Ayant moi-même contribué à la naissance de l'une de ces organisations au Québec (celle du Focusing), j'ai pu constater qu'elle ne vivait que par l'engagement et la détermination d'un petit nombre de personnes. Je me suis demandé comment il pourrait être possible d'inviter d'autres personnes à venir bâtir avec nous, l'engagement des acteurs m'apparaissant être à la base de tout l'édifice. Les communautés PAIH constituent un apport social important, car elles permettent de développer des habiletés relationnelles et communicationnelles (présence, écoute, médiation des conflits, facilitation de processus de groupe, autogestion et intelligence collective) aussi essentielles que celles de la lecture et de l'écriture. Le but de cette recherche est de rapprocher des gens qui sont disposés à questionner leur lien avec

---

<sup>1</sup> Les communautés représentées sont celles du Focusing, de l'esprit communautaire, des cercles restaurateurs, de la médiation citoyenne et de la pleine conscience. Je les présente en détail au chapitre I (point 1.2).

<sup>2</sup> L'expression «processus de l'attention inter humaine» est de Gendlin (2007), tandis que l'expression «communauté de pratique» est de Wenger (2005). Une communauté de pratique est un groupe de personnes qui se rassemblent pour approfondir la pratique d'une habileté quelconque. Selon Wenger (2005), il y a en fait un grand nombre de communautés de pratique qui existent un peu partout de manière formelle ou informelle. Les communautés de pratique de l'attention inter humaine sont celles où l'on enseigne et pratique des habiletés permettant aux gens de mieux vivre ensemble.

une pratique et sa communauté afin d'en arriver ensemble à mieux comprendre ce qui permet à ces communautés de vivre et de créer peu à peu un nouveau tissu social basé sur de nouvelles solidarités.

La recherche, de type intervention participative, est effectuée à partir d'une posture phénoménologique<sup>3</sup> pour le chercheur et pour les acteurs et présentée à la première personne. L'intervention commence par une proposition de recherche autour de laquelle se rallie volontairement un groupe d'acteurs du milieu concerné (Crézé *et al.*, 2006 ; Ragland, 2006). Cette proposition porte sur une situation globale, un phénomène que l'on cherche à comprendre. Il s'agit ici plus particulièrement de l'étude du vivant des communautés de pratique de l'attention inter humaine (PAIH). La question de recherche est un point de départ car la constitution du groupe est préalable et concomitante à la trajectoire de recherche. Il doit y avoir une certaine mouvance dans la démarche afin que l'horizon de départ laisse place à différents angles d'approche possibles. De plus, la recherche à la première personne modifie les perceptions et transforme le regard porté sur le phénomène. Selon Liu (2006), la démarche mise en pratique dans ce type de recherche de nature holistique, qui tient compte de réalités complexes, doit prendre en compte l'existence de l'activité de recherche dans la situation étudiée et les caractéristiques intrinsèques de la personne humaine que sont sa liberté d'action dans la situation, sa capacité de connaissance et son intériorité<sup>4</sup> doivent y être reconnues. Dans ce type de recherche, des personnes, réunies en collectif, avancent ensemble dans la compréhension d'un phénomène dont elles font intrinsèquement partie pour en établir l'intelligibilité, la prévisibilité et la faisabilité, clés de toute démarche scientifique (Liu, 2006).

---

<sup>3</sup> La phénoménologie ou science à la première personne est la science descriptive des phénomènes tels qu'ils apparaissent à la conscience. Cette approche a grandement inspiré la recherche qualitative dans son ensemble et on y reconnaît généralement un changement de paradigme par rapport à la recherche traditionnelle séparant le sujet de l'objet. (Boutin, <http://diffusion-focusing.org/doc/boutin/phenomenologie.pdf> consulté le 5 avril 2013).

<sup>4</sup> L'intériorité est définie par Liu (2006) comme étant l'ensemble des pensées, des affects et des motivations de l'homme dont il peut seul avoir connaissance, cette connaissance étant partielle puisqu'une partie de son propre monde intérieur ne lui est pas complètement accessible.

Je précise d'abord au chapitre I mon lien avec chacune des communautés faisant partie de cette recherche et mon intention consistant à comprendre ce qui leur permet de naître et vivre par la participation et l'engagement des acteurs sociaux qui les composent. Je présente ces cinq communautés, œuvrant au Québec, qui prônent l'écoute et la communication authentique et offrent, généralement à faible coût, des enseignements accessibles à tous ainsi qu'un cadre de pratique permettant d'intégrer et d'actualiser ce qui est proposé comme apprentissage. J'explore brièvement l'état de la recherche sur ces pratiques de l'attention inter humaine. Je dégage ensuite les axes de l'intervention et en précise le but et les objectifs, soit : une compréhension commune de la naissance et de la vie des communautés et une ouverture des communautés les unes envers les autres. À cette volonté de compréhension commune, s'ajoutent des objectifs spécifiques concernant l'observation de la vie du collectif et l'apprentissage de la tolérance des différences.

Dans le chapitre II, je présente le cadre conceptuel en indiquant les courants à partir desquels cette recherche prend sa source et la manière dont ils se rejoignent pour former un cadre à la fois souple et stable permettant de guider mes pas et ceux des acteurs de la recherche. Je présente les concepts clé de la démarche, soit (1) L'autonomie et l'homonomie (Angyal, 1965), (2) La philosophie du don : tiers paradigme (Caillé, 2007, 2009), (3) La théorie des communautés de pratique (Wenger, 2005), (4) L'émergence des communautés (Peck, 1993, 1994; Wheatley, 1992, 2005). Je situe ensuite le paradigme communicationnel dans lequel ces concepts clés s'inscrivent comme étant celui de la nouvelle communication incluant les approches systémiques et interactionnistes. Au chapitre III, j'aborde les questions du partenariat avec le milieu, de la genèse de l'entente de collaboration, de mon implication en tant que chercheur et de l'éthique de la recherche. Je décris ensuite les méthodes utilisées pour la recherche intervention et sa posture phénoménologique. Je présente la théorie de l'*experiencing* (Gendlin, 1997) et sa mise en œuvre dans l'approche de la pensée au seuil de l'émergence (PSE) (Gendlin, 2004) et celle du

Focusing (2006) ainsi qu'une proposition d'accès à l'*experiencing* par les processus de groupe qui seront utilisés dans ma démarche de recherche. Je précise les outils d'analyse et de validation et je donne un aperçu du journal de bord et du déroulement de la recherche.

Le chapitre IV présente un modèle émergent, distinguant six phases ou états successifs de la vie évolutive des communautés ainsi qu'une «histoire coraconcée» construite à partir des expériences vécues par les acteurs de la recherche dans leurs communautés d'appartenance. Cette histoire, constituant un macro-regard, est suivie au chapitre V de différents points de vue offrant un micro-regard sur la démarche du collectif formé pour la recherche, soit : la dissection d'un processus, la présentation et le croisement de deux moments clés d'expériences individuelles et les trajectoires de deux témoins profondément engagés. Je termine par un regard sur la convergence des approches, la présentation des conclusions de la recherche aux membres des communautés à l'étude et un retour sur les résultats en regard du but de la recherche et des objectifs de départ.

Le domaine de la communication s'étend des plans intrapersonnel et interpersonnel jusqu'à la communication de masse. Dans ce vaste panorama, le courant psychosocial auquel je m'identifie cherche à comprendre l'humain dans son environnement et dans ses interactions au sein des groupes et des communautés. Ce type de démarche donne souvent lieu à des dispositifs de recherche intimes et nuancés qui tentent de saisir, par l'échange et le dialogue, l'intangible du vivant observé, la qualité du lien unissant les acteurs ou la texture d'un tissu social en constante mouvance (Barbier, 1996, 1997; Liu, 1997, 2006). Le mouvement de compréhension se fait à partir d'une perception composée de multiples facettes qui en révèlent peu à peu le sens. Au-delà de cette démarche et avec toute la scientificité que j'ai tenté d'y apporter, j'espère que la part de dimension implicite, en partie non révélée, en restera perceptible.

# CHAPITRE I

## PROBLÉMATIQUE

### **1.1 Le contexte et l'élan de cette recherche**

Pourquoi effectuer une telle recherche sur les pratiques de l'attention inter humaine? Je parlerai d'une ligne de vie, d'un intérêt que je porte depuis toujours à comprendre l'humain et à observer les interactions humaines. Mon premier contact avec ce que je nomme aujourd'hui comme étant l'écoute intérieure a eu lieu en 1995 dans le cadre d'une formation en massage californien. À l'époque je m'intéressais à différentes approches psychocorporelles et j'étais surtout curieuse d'explorer le lien que je percevais clairement entre le corps et la psyché. Lorsque notre enseignante nous a proposé l'écoute en Focusing<sup>5</sup> comme voie d'accès à ce que portaient nos tensions corporelles, je me suis portée volontaire pour vivre une première expérimentation. Me contacter personnellement à ce niveau et faire le lien entre ces tensions qui coinçaient ma nuque et mes épaules et les difficultés relationnelles que je vivais à l'époque a été une révélation. Je peux dire encore aujourd'hui que cette expérience a été pour moi le début d'un long chemin de découverte allant de l'«être» (me donner la permission d'exister pleinement) vers l'«être avec» (rendre la pareille aux autres). Tout en poursuivant ma propre recherche intérieure, je m'intéressais aussi à l'époque à la rencontre entre les gens dans un mode de partage en cercle. J'ai animé une fois par semaine entre 1995 et 2009 un groupe de discussion et de réflexion, où les gens venaient avec un besoin de rencontrer d'autres personnes pour parler de questions importantes concernant la vie et les relations. J'ai pu constater, par les réflexions des participants à ce sujet, que ce genre d'échange ne se trouvait pas facilement ailleurs. Ce qui était offert là était unique. Novice dans l'animation de groupes, j'avais toutefois lu les livres de Scott Peck (1993, 1994) concernant la communauté et ceux

---

<sup>5</sup> L'écoute en Focusing est une manière non intrusive d'accompagner une personne dans l'écoute de son intériorité, la personne en processus étant toujours maître de la démarche. Selon Gendlin (2006, p.19), le Focusing est un acte intérieur qui consiste à «prêter une sorte d'oreille intérieure à une perception de prime abord vague, qui se précise ensuite avant d'être ressentie physiquement.»



de Carl Rogers : «Le développement de la personne» (1976) et «Les groupes de rencontre» (1973), dont je m'étais inspirée pour la dynamique du groupe. Il n'y avait alors qu'un pas à faire pour intégrer aussi dans ces groupes quelques éléments de Focusing sous la forme de «partager à partir de ce que je ressens» et «être attentif à la manière dont les choses me touchent». La toute première communauté de pratique à laquelle j'ai participé a été celle du Focusing. J'y suis entrée de manière très informelle grâce à diverses personnes, dont une amie qui m'a fait découvrir la pratique du partenariat<sup>6</sup>. J'ai été certifiée en 2003 et je suis devenue coordonnatrice de formation pour l'Institut de Focusing en 2009. Mais, bien avant la certification, j'utilisais déjà les principes de l'écoute et du Focusing autant en partenariat que dans un contexte de groupe. Ayant participé activement à l'organisation de la conférence internationale de Focusing qui a eu lieu à Bromont au printemps 2008, j'ai aussi été impliquée dans la création de l'organisme à but non lucratif (Diffusion Focusing Québec) qui parrainait cette activité. Après la conférence, un petit groupe de coordonnateurs et d'intervenants a décidé de poursuivre le développement de la communauté sous cette bannière. J'ai été nommée présidente du CA lors de la première assemblée qui a suivi la conférence et je le suis encore à ce jour. J'affirmerai sans hésiter que ma communauté d'appartenance est toujours restée celle du Focusing, et ce, même si j'ai fréquenté plusieurs autres communautés au cours de mon exploration des processus de l'attention inter humaine. Dans cette même ligne d'intérêt concernant l'interaction humaine, j'ai joint en 2009 un groupe d'esprit communautaire<sup>7</sup> inspiré des enseignements de Scott Peck. C'est au printemps 2009 que j'ai pris contact pour la première fois avec ce groupe à un moment où j'étais en période de grande transition dans ma vie personnelle et professionnelle. Je quittais le groupe de discussion que j'avais animé et auquel j'avais participé pendant 15 ans et je

---

<sup>6</sup> Dans le Focusing, la pratique du partenariat permet à deux personnes de s'offrir mutuellement un temps d'écoute pour accéder à leur intériorité.

<sup>7</sup> L'esprit communautaire est un concept proposé par Scott Peck (1994) pour développer entre les gens un sens de communauté. L'esprit communautaire émerge d'une pratique expérientielle faite en groupe à partir d'indications qui vont permettre aux personnes réunies d'accepter et de transcender leurs différences ([www.mec-quebec.org](http://www.mec-quebec.org) site consulté le 5 avril 2013).

commençais à préparer ma retraite d'une vie professionnelle dans le domaine de l'administration publique. Prenant contact avec les responsables du Mouvement vers l'esprit communautaire (MEC)<sup>8</sup>, j'ai d'abord participé à un premier mini-atelier d'une durée de trois heures au cours duquel les concepts de base étaient présentés. À partir de là, persuadée que ce groupe pouvait m'aider à aller plus loin dans ma quête de communauté, je me suis rendue à quelques reprises aux rencontres de continuité de cet organisme et j'ai participé à un premier atelier de développement de l'esprit communautaire (ADEC) les 27, 28 et 29 novembre 2009. J'ai peu à peu intégré le fonctionnement de l'organisme et je suis devenue membre du CA en février 2010. Je me suis ainsi retrouvée plongée dans la continuité de l'histoire du Mouvement et en plein cœur d'un projet de formation à la facilitation qui semblait essentiel pour l'avenir de l'organisation et pour celui de l'esprit communautaire. Le programme de formation s'est toutefois avéré pour moi source de déception. Après une période d'essai, je m'en suis retirée tout en restant active et engagée au sein du CA et dans le groupe de continuité. Plusieurs personnes de ce groupe, dont l'une des pionnières du mouvement au Québec, ont accepté de participer à ma démarche de recherche.

Presqu'en parallèle avec ma découverte du groupe de l'esprit communautaire, j'ai pris contact avec une nouvelle pratique préconisant la rencontre en cercle pour travailler les conflits. Il s'agit de l'approche des cercles restaurateurs dont le fondateur, Dominic Barter, œuvre dans les milieux défavorisés du Brésil. Enthousiasmée par cette découverte, je me suis rendue deux fois à Rochester pour participer aux événements rassemblant les apprenants. Les deux événements de Rochester ont eu lieu sous la bannière de l'Institut Gandhi et des gens en provenance de différents pays et de différents horizons y participaient. Cette communauté de pratique, bien ancrée dans les principes les plus actuels de l'apprentissage situé<sup>9</sup>, est

---

<sup>8</sup> L'Organisme à but non lucratif (OBNL) Mec-Québec a été fondé en 1997.

<sup>9</sup> Le courant de l'apprentissage situé, qui fut initié à partir des travaux de Piaget (1966) et de Vygotsky (1978), démontre que l'apprentissage est plus efficace en situations d'interactions et de collaboration entre pairs dans le milieu ou l'habileté doit s'exercer.

stimulante, vivante et dynamique<sup>10</sup>. Lors du rassemblement de l'été 2012, nous étions trois en provenance de la communauté de pratique du Focusing et nous avons pu poursuivre avec Dominic Barter une conversation déjà entamée lors de nos échanges par Skype et par courriel. Lorsque j'ai introduit l'idée de la pratique des cercles restaurateurs dans le monde du Focusing, quelques personnes m'ont mentionné l'existence d'une autre approche en développement au Québec et déjà investie par quelques membres de notre communauté, celle de la médiation citoyenne<sup>11</sup>. C'est avec intérêt que j'ai suivi la formation de base de 21 heures et que je me suis jointe au mouvement en tant que bénévole. J'ai aussi eu l'occasion de participer en octobre 2012 à une conférence formative organisée par l'ASSOJAQ (Association des organismes de justice alternative du Québec) ayant pour but de fournir des outils théoriques et pratiques aux médiateurs. Cette conférence, qui m'a donné l'occasion d'établir des liens conceptuels intéressants entre différentes approches de la médiation, complète ce que j'en avais appris par mes propres lectures et par les conversations tenues sur le groupe Yahoo de la communauté de pratique des cercles restaurateurs entre juin et octobre 2012. En ce qui concerne la pleine conscience<sup>12</sup> de Thich Nhat Hanh, je n'ai participé qu'à une seule activité au printemps 2011, soit une retraite de quatre jours au Village des Érables, Centre de retraite de la communauté situé à St-Étienne de Bolton dans les Cantons de l'Est. Par contre, j'ai exploré depuis plusieurs années les approches de méditation, de yoga et de pleine conscience, entre autres avec une formation à la méthode expérientielle Hakomi (Kurtz, 1990) qui se décrit comme étant l'étude assistée de soi en pleine conscience et j'ai été certifiée en 2008 dans cette méthode.

---

<sup>10</sup> Le fonctionnement de cette communauté met entre autres en œuvre les concepts de Wenger (2005) sur les communautés de pratique, ceux de Wheatley (2005) sur l'autogestion ainsi que les principes de contribution volontaire pour les enseignements reçus (philosophie du don), c'est-à-dire qu'il n'y a pas de coût fixe, ni de formation officielle et que chaque personne qui participe à un événement contribue en fonction de ce qu'elle croit être juste.

<sup>11</sup> La médiation citoyenne consiste en une offre faite par des médiateurs bénévoles issus de la communauté (groupe, quartier ou ville) qui accompagnent deux parties en conflit lorsqu'elles sont volontaires pour faire la démarche (réf. : [www.trajet.org/mediationcitoyenne](http://www.trajet.org/mediationcitoyenne), site consulté le 5 avril 2013).

<sup>12</sup> La pleine conscience est une pratique méditative qui nous libère de la négligence et de la distraction et nous permet de vivre pleinement chaque minute de la vie (réf. : [www.mpcmontreal.org](http://www.mpcmontreal.org), consulté le 5 avril 2013).

### 1.1.1 Problématisation de la situation

Un problème important, dont j'ai pris conscience par des conversations tenues de manière informelle avec les acteurs impliqués dans les communautés à l'étude et par des échanges ayant eu lieu sur les listes de discussions et les groupes Yahoo, est celui de l'engagement qui fait naître et vivre les organisations. S'il est parfois difficile de démarrer, il l'est tout autant de durer. Les communautés de pratique de l'attention inter humaine (PAIH) ont peu à voir avec les organisations et systèmes traditionnels et elles ne vivent que par l'engagement, la détermination et la persévérance de petits groupes d'individus. Toutefois, un nouveau tissu social se crée peu à peu à partir de ces formes sociales en émergence qui s'auto-organisent tels des systèmes vivants. Il s'agit d'un puissant réseau d'interconnexion humaine auquel de plus en plus de professionnels viennent nourrir leur pratique. Ils y viennent pour approfondir un apprentissage de type expérientiel car s'«il existe sans aucun doute un certain nombre d'individus doués qui parviennent à soutenir l'entraînement via une motivation interne» (Depraz, Varela et Vermersch, 2011, p. 157), les autres personnes aspirant à ces pratiques ont besoin du type de formation expérientielle offerte par ces communautés. Selon ces chercheurs, les étudiants, ne trouvant pas cette ressource dans le cadre de leur institution, doivent y avoir accès d'une manière où d'une autre :

L'absence de tels cursus universitaires de formation fait que chacun de ceux qui ont mis en œuvre ce type de démarche ont dû [sic] d'abord apprendre à la pratiquer dans un autre champ... ...Chacun est donc passé par un détour avant de venir le réinvestir dans le domaine de la recherche. Se pose dès lors la question de la motivation à mettre en œuvre cette formation et à revenir l'utiliser au service d'un projet social (p. 158).

En ce moment, c'est par la transmission sociale libre qu'il est possible d'intégrer pleinement ce type d'approches expérientielles (approches dont l'apprentissage se fait par la pratique et par l'expérience). En rattachant le Focusing, la pleine conscience, les cercles restaurateurs, la médiation citoyenne et l'esprit communautaire à des cadres hautement prometteurs, je pense pouvoir faire un pas vers la conceptualisation

des apprentissages que l'on y fait et des habiletés qui s'y acquièrent et illustrer ainsi l'utilité des communautés en tant que lieu privilégié d'apprentissage situé.

## **1.2 Description et historicité des communautés**

Qu'y a-t-il de commun entre les différentes communautés auxquelles je m'intéresse? Je dirais d'abord qu'elles ont toutes un ancrage important dans notre milieu de vie ici au Québec et qu'elles pratiquent, enseignent, explorent et transmettent ce que je nomme des «pratiques de l'attention inter humaine» (PAIH). Les membres de ces communautés développent ainsi des habiletés qui leur permettront de mieux vivre avec les autres. L'accès à ces communautés est relativement aisé car elles sont toutes profondément ancrées dans la philosophie du don<sup>13</sup>. Il n'y a pas à faire une formation longue ou coûteuse avant de devenir membre. Plusieurs activités sont offertes gratuitement, à faible coût ou sur le principe de la contribution volontaire. Enfin, il n'y a pas de formation préalable et l'on y côtoie des gens d'orientations très diversifiées. On y rencontre aussi plusieurs chercheurs et étudiants de niveau universitaire en quête d'expérience concrète. Les recherches sur l'efficacité des approches pratiquées et des habiletés acquises dans ces communautés commencent à s'élaborer. J'en répertorie quelques-unes au point 1.3 après avoir approfondi l'historicité de chaque communauté.

### **1.2.1 La communauté du Focusing**

La communauté du Focusing s'est créée autour de l'approche proposée par Eugene T. Gendlin dans son livre «Focusing au centre de soi» publié en 1978 et traduit à ce jour en 17 langues. Eugene T. Gendlin est né en Autriche le 25 décembre 1926. Fuyant l'invasion nazie, sa famille est arrivée en Amérique en 1939. Il a étudié à l'université

---

<sup>13</sup> La philosophie du don réfère à Marcel Mauss (1973) et son essai sur le don. Les concepts sont largement repris et développés par Caillé (2007, 2009) et ils ont présidé à la formation du Mouvement anti-utilitariste en sciences sociales (MAUSS). Précisons brièvement qu'ils sont à la base d'une nouvelle théorie de l'action sociale où le don serait la constitution première du lien et de l'échange. Ce modèle met en lumière les principes de solidarité active, de réciprocité bienveillante et de convivialité. Pour Caillé (2007, 2009), c'est le don qui fonde la mise en commun et, ultimement, la communauté. Lorsque Noubel (2004) parle de l'«économie du don» dans sa description de la communauté des logiciels libres et des principes de l'intelligence collective, c'est à ce même concept qu'il réfère implicitement. J'explique ce concept plus en détail au point 2.3.2.

de Chicago où il a aussi enseigné de 1963 à 1995. L'Institut de Focusing, fondé en 1986, est un organisme à but non lucratif, ayant pour but de «faire connaître le Focusing au public et à la communauté académique internationale à travers l'enseignement, la recherche et les travaux écrits» (site de l'Institut consulté le 20 février 2013). Selon l'estimation actuelle de l'Institut, la communauté internationale compte environ un million de personnes. Il est possible via son site Web de participer à plusieurs listes de discussion et à un programme de partenariat. Toute personne qui étudie le Focusing auprès de l'un des 167 coordonnateurs de formation accrédités par l'Institut, peut être certifiée en Focusing et ce, même si la promotion de cette communauté internationale a été faite au départ par le biais de la psychologie humaniste et que l'on y compte encore une forte proportion de psychologues et psychothérapeutes. Sa diffusion dans les milieux universitaires reste toutefois concentrée dans les facultés de psychologie et de philosophie. Gendlin n'a pas beaucoup écrit sur le sujet de l'organisation mais ce qu'il en dit a inspiré le développement des communautés locales. Dans le sillage de ses propos concernant une politique de transmission libre de l'écoute et du Focusing et l'autogestion des communautés locales (Gendlin, 1984), l'organisation du Québec se décrit comme suit :

Selon Gendlin, les principes de base d'une action commune peuvent se vivre dans le respect de la liberté et de la source interne de chaque personne sans qu'il soit nécessaire de limiter les gens par des règles imposées. Nous cherchons à comprendre, dans ce contexte, la manière dont un groupe de personnes peut se coordonner afin de produire collectivement un ensemble cohérent et coopérer à la réalisation de projets concrets. Parce que nous voulons former une véritable communauté, nous souhaitons favoriser l'interaction, les échanges multiples, le partage de nos résultats et de nos ressources. C'est dans l'acceptation de nos différences et la reconnaissance de nos forces individuelles que nous pouvons poursuivre le but commun de la diffusion du Focusing (site Web de DFQ, consulté le 20 février 2013).

La communauté regroupe au Québec actuellement environ 60 membres ainsi qu'une nébuleuse de personnes gravitant autour de ce noyau<sup>14</sup>. L'OBNL Diffusion Focusing

---

<sup>14</sup> Données en date du 20 janvier 2013.

Québec (DFQ) a été fondé en 2006 et sa première réalisation a été la 20<sup>e</sup> conférence internationale de Focusing (175 participants) en 2008. Dans la mouvance du Focusing il y a en ce moment plusieurs projets visant à établir des liens entre les différentes approches de l'attention inter humaine dont il est question dans cette recherche. Depuis environ un an, Gendlin est en contact avec Dominic Barter dans le but d'intégrer l'écoute intérieure de type Focusing à l'approche des cercles restaurateurs. La communauté du Québec s'est portée volontaire pour développer, au sein de son organisation, un premier système restaurateur.

### 1.2.2 Le Mouvement vers l'esprit communautaire

Scott Peck publie en 1987 «La route de l'espoir» où il explique les principes de la communauté développés par la *Fondation for Community Encouragement* (FCE), organisme à but non lucratif qu'il a fondé en 1984. Ce livre constitue la base sur laquelle nous pouvons étudier et comprendre les principes de la création d'une communauté. Il publiera en 1993 un complément où il traite de la communauté au travail et dans les organisations intitulé «Ainsi pourrait être le monde». Le modèle proposé par Peck permet de «faire communauté», c'est-à-dire de créer entre des personnes une relation significative qui leur permettra de transcender leurs différences, de communiquer plus efficacement et de coopérer. La FCE, après avoir suspendu ses activités entre 2002 et 2009, est actuellement active à Buffalo et un groupe de praticiens de la première heure offre à nouveau des ateliers de développement de l'esprit communautaire et une formation à la facilitation<sup>15</sup>. Scott Peck est né à New-York le 23 mai 1936 et il est décédé le 25 septembre 2005. Il a étudié à Harvard où il a gradué en 1958 dans le domaine des relations sociales avant de poursuivre ses études de médecine. Pour développer l'esprit communautaire dans un groupe, le mouvement créé par Scott Peck utilise un mode d'apprentissage expérientiel. Il s'agit donc d'un processus qui est enseigné sous le mode du cercle, dans un style de facilitation non directive, à l'aide d'indications et à partir des

---

<sup>15</sup> Site [www.fce-community.org](http://www.fce-community.org), consulté le 6 avril 2013.

partages spontanés des participants. Les processus de l'esprit communautaire ont été intégrés dans divers contextes et l'approche de Peck est encore bien vivante aujourd'hui. C'est avec plaisir que j'ai pu la découvrir au cœur du projet *One Community* incorporé en tant qu'OBNL en 2012 et qui propose des valeurs de développement durable et de partage des ressources de type *Open Source*<sup>16</sup>. Le Mouvement vers l'esprit communautaire est présent au Québec depuis le début des années 90. L'OBNL MEC-Québec Inc. a été fondé en 1997. Cet organisme offre périodiquement des ateliers. Il regroupe actuellement une trentaine de membres qui peuvent communiquer entre eux via un groupe Yahoo et des rencontres de continuité<sup>17</sup>. Dans la foulée des développements proposés par Roberts (2003), des ateliers ont aussi été offerts avec son concours dans les prisons du Québec.<sup>18</sup>

### 1.2.3 La communauté des cercles restaurateurs

Cette communauté est identifiée à son fondateur, Dominic Barter, qui œuvre à Rio de Janeiro dans le domaine de la justice où il a commencé à développer cette pratique au milieu des années 1990. Barter a été invité comme conférencier principal lors de la Conférence internationale sur les pratiques restauratrices tenue à Toronto en 2008<sup>19</sup>. L'approche des cercles restaurateurs commence par des conversations où les gens d'une communauté ou d'un regroupement quelconque sont invités à réfléchir ensemble sur la manière dont ils abordent les conflits. Le groupe ira par la suite vers la création d'un «système» qui permettra une approche souple et intégrée répondant à leurs besoins spécifiques. La communauté de pratique des cercles restaurateurs est composée d'un regroupement où les gens échangent principalement par le Web et lors de rassemblements populaires tels ceux de Rochester (2010 et 2012 auxquels j'ai participé). Le groupe Yahoo anglophone compte environ 300 membres et le groupe

---

<sup>16</sup> Site [www.onecommunityranch.org](http://www.onecommunityranch.org), consulté le 5 avril 2013.

<sup>17</sup> Données en date du 20 janvier 2013.

<sup>18</sup> Un premier atelier de développement de l'esprit communautaire a été offert au centre de détention de Cowansville en 2007. D'autres ont suivi dans différents établissements.

<sup>19</sup> <http://www.iirp.edu/world-conferences.php> consulté le 13 mai 2013.



francophone environ 30<sup>20</sup>. Des rassemblements ont lieu périodiquement à différents endroits du globe. Quelques intervenants des milieux universitaires, dont Mikhail Lyubansky Ph. D. (voir la recension des écrits au point 1.3), commencent à en faire la promotion ainsi que certains organismes de justice alternative (OJA) et d'innovation sociale. Cette communauté n'est pas très développée au Québec et je n'y ai pas trouvé de lien avec les organismes de justice alternative.

#### 1.2.4 La médiation citoyenne

Selon Jean-Pierre Bonafé-Schmitt (1997, 2004), sociologue responsable de la formation à la médiation à l'Institut universitaire Kurt Bosch (IUKB) et chercheur au CNRS, ce qui a valeur ajoutée dans le projet social de la médiation citoyenne est la construction d'une nouvelle forme de citoyenneté, d'une nouvelle responsabilité, d'un nouveau pouvoir des citoyens sur leur vie et, surtout, de nouvelles solidarités. La pratique de la médiation est ainsi un moment de socialisation et d'autonomisation où toutes les personnes impliquées vont potentiellement acquérir de nouvelles habiletés. L'organisme Amely<sup>21</sup>, qu'il a contribué à fonder, est actif en France dans la région de Lyon depuis 1987. Cet organisme offre les services de médiateurs bénévoles dans les différents quartiers de la ville de Lyon, ainsi que des services de médiation en milieu scolaire. La médiation telle que proposée dans ce modèle n'est pas une «technique» de gestion des conflits. Il s'agit plutôt, tel que le souligne Bonafé-Schmitt (1997, 2004), de faire société, de créer du lien social en «constituant de nouveaux espaces de régulation des relations sociales»<sup>22</sup>. Par la médiation citoyenne, les personnes d'un milieu donné (quartier, organisme ou regroupement quelconque) vont parvenir collectivement à développer des compétences dans le domaine de la gestion de conflits. Parce que les conflits sont inhérents à toute interaction sociale, il semble important de les reconnaître pour ce qu'ils sont et d'apprendre à composer avec diverses problématiques sans avoir besoin de recourir à une intervention

---

<sup>20</sup> Données en date du 20 janvier 2013.

<sup>21</sup> Site [www.amely.org](http://www.amely.org), consulté le 5 avril 2013.

<sup>22</sup> Entretien sur [www.irenees.net](http://www.irenees.net), consulté le 29 août 2013.

professionnelle ou à des actions judiciaires. Pour Bonafé-Schmitt (2004), le travail d'une association faisant la promotion de la médiation citoyenne consiste à recruter de nouvelles personnes et à les intégrer au réseau social afin que le rituel de la médiation se propage dans l'ensemble des communautés touchées. C'est ce qu'il nomme l'ingénierie de la médiation et il a développé dans ce sens un modèle qui est enseigné dans le cadre de programmes universitaires<sup>23</sup>. Il affirme que :

La médiation sociale ne doit pas être «marchandisée». C'est comme si on croisait un blessé au bord de la route et qu'on lui demandait: «Combien tu me donnes pour te sauver?» Le lien social ne doit pas devenir un lien marchand. A terme, il faudrait que chaque habitant devienne un médiateur naturel. C'est utopique, mais pourquoi pas (entretien dans la revue libération, 2000, consulté le 22 février 2013).

Le champ d'action de la médiation citoyenne est très vaste car il s'adresse à tous et le seul critère pour y accéder est l'engagement libre des deux parties en cause en présence d'un tiers. Il est ainsi possible de traiter tout conflit de proximité ou de relation (conflits de voisinages, relations au travail ou au sein d'une organisation, enjeux au sein d'une famille (autres que ceux qui sont référés en médiation familiale) ou d'une école). Il s'agit pour les deux parties en cause d'engager un dialogue là où il y avait bris de communication. Au Québec, l'approche est relativement récente. Selon Jaccoud (2009), ce sont jusqu'à présent les organismes de justice alternative (OJA) qui en ont fait la promotion. L'approche est fortement inspirée par le modèle lyonnais de Bonafé-Schmitt (2004). Dans l'ensemble du Québec, il y a quelques centaines de personnes impliquées dans une trentaine d'unités opérationnelles<sup>24</sup>. Dans ce modèle de démocratie participative, des médiateurs et intervenants professionnels forment et encadrent des médiateurs bénévoles qui offriront ensuite le service dans leurs

---

<sup>23</sup> Il s'agit des programmes DAS en médiation (30 crédits) et CAS (20 crédits) en médiation faisant l'objet de cursus d'études interdisciplinaires à l'IUKB (Site <http://www.iukb.ch/accueil/enseignement/formations/index.html> consulté le 13 mai 2013) et du programme Master en médiation de l'Université Lumière Lyon 2, programme interdisciplinaire s'adressant aux étudiants en droit, en psychologie et en sociologie (Site <http://www.univ-lyon2.fr/formation/masters-1/master-1-mediation-264025.kjsp?RH=WWW20>, consulté le 28 août 2013).

<sup>24</sup> Données en date de novembre 2011 obtenues dans le cadre de ma formation à Trajet. Les unités de médiation citoyenne sont répertoriées par le ROJAQ (Regroupement des Organismes de Justice Alternative du Québec) et par l'ASSOJAQ (Association des Organismes de Justice Alternative du Québec), deux organismes regroupant l'ensemble des Organismes de Justice Alternative (OJA) du Québec.

communautés respectives. L'organisme Trajet, membre de l'ASSOJAQ, offre une formation de base en médiation citoyenne d'une durée de 21 heures. Suite à cette formation, les médiateurs sont invités à se joindre à un groupe ou à une organisation où ils œuvreront pour un minimum d'un an.

#### 1.2.5 L'Ordre de l'Inter-Être

L'ordre de l'Inter-Être est une communauté bouddhiste laïque et monastique dont les membres pratiquent les 14 entraînements à la pleine conscience, préceptes destinés à appliquer concrètement les principes bouddhistes de manière efficace et intelligente à la vie moderne. Cet enseignement permet de vivre pleinement chaque instant de la vie car, dans la pleine conscience, la méditation et l'action ne sont pas séparés. L'ordre a été fondé par Thich Nhat Hanh, moine bouddhiste né au Vietnam le 11 octobre 1926, qui enseigne et développe la pratique de la pleine conscience partout dans le monde. Thich Nhat Hanh a travaillé pour la paix au Vietnam, où il a fondé en 1964 un institut des hautes études bouddhiques devenu par la suite l'université Van Hanh<sup>25</sup>. À cette université s'est greffée une école de travail social œuvrant à mettre en place des villages pionniers à proximité de Saigon. C'est en 1966 qu'il fonde l'Ordre de l'Inter-Être, dont sœur Chên Không, pionnière du travail social, sera l'un des six premiers membres ordonnés (Chên Không, 2008). Thich Nhat Hanh a étudié aux États-Unis et il a enseigné à l'université de la ville de Columbia dans les années soixante. Réfugié en France en 1969, il enseigne à la Sorbonne et poursuit sa mission pour la paix jusqu'à la fin de la guerre du Vietnam en 1975. Son implication dans la lutte pour la paix et pour les droits de l'homme lui a valu de rencontrer plusieurs personnalités dont le Pape Paul VI, Martin Luther King, le Dalaï-Lama et plusieurs chefs d'États. Voici ce que disait de lui Martin Luther King en le proposant pour le prix Nobel de la paix:

Je ne connais personnellement nul autre qui mérite mieux le prix Nobel de la paix que ce doux moine bouddhiste du Vietnam. Je connais Thich Nhat Hanh et j'ai le privilège de l'appeler mon ami. C'est un érudit au savoir intellectuel immense. Ses idées pour la

---

<sup>25</sup> Site de Thich Nhat Hanh [www.thich-nhat-hanh.fr](http://www.thich-nhat-hanh.fr) consulté le 5 avril 2013.

paix, si elles étaient appliquées, bâtiraient un monument à l'œcuménisme, la fraternité, l'humanité (site de Thich Nath Hanh consulté le 2 mars 2013).

Thich Nhat Hanh propose une pratique «appliquée» et ses enseignements s'adressent à tous. Le Village des Pruniers, qui est actuellement le cœur de cette communauté de pratique, a été fondé en 1982 dans le sud ouest de la France. Ce lieu est ouvert à des retraitants du monde entier et on y accueille quelques milliers de personnes chaque année. La communauté est internationale et de petites et grandes unités ayant pour mission d'adapter l'enseignement à ceux qui le reçoivent se forment dans tous les pays. Des lieux de pratique existent actuellement dans différentes villes au Québec. Le centre de retraite du Village des Érables est présent dans les Cantons de l'Est depuis plus de 20 ans. Œuvrant sous le nom de Société bouddhique les Érables, ce groupe a accueilli Thich Nhat Hahn cinq années consécutives de 1985 à 1990. Un Institut de pleine conscience appliquée a été fondé à Montréal en juin 2011. On y offre des ateliers de gestion du stress inspirés du travail de Kabat-Zinn (2005), des formations de base à la pratique de la pleine conscience et des cours liés à l'alimentation et aux soins de santé. Dans les communautés de Thich Nhat Hanh, la réconciliation est un art qu'il explique ainsi :

Non seulement chaque partie porte une part de responsabilité, mais nous-mêmes, qui ne sommes pas directement impliqués, en portons une. Si nous avons vraiment vécu en pleine conscience, nous aurions pu voir les signes avant-coureurs du conflit, et nous aurions pu faire en sorte qu'il ne se produise pas. Réconcilier, ce n'est pas juger en restant en dehors. C'est assumer une certaine responsabilité et faire tout son possible pour comprendre la souffrance des deux côtés (Nhat Hanh, 1998, p. 13).

### **1.3 Recension des écrits sur les pratiques des communautés PAIH**

Dans l'introduction de la recherche, j'affirme que les communautés de pratique de l'attention inter humaine (PAIH) qui y sont présentées apportent quelque chose d'essentiel dans le tissu social en y introduisant des habiletés relationnelles et communicationnelles. Concernant l'utilité de ces habiletés et l'importance de les transmettre, je présente ici l'état actuel de la recherche.

Eugene T. Gendlin est rattaché à l'école des sciences sociales de l'université de Chicago. Il est connu en tant que psychologue humaniste et philosophe d'approche phénoménologique, mais il est aussi possible de le rattacher au courant américain sociologique de l'interactionnisme symbolique qui prône l'importance du relationnel dans l'acte de faire société. Simmel (1999), avec son concept de l'action réciproque, a fortement marqué ce courant. Il a été démontré que la pratique du Focusing augmente la capacité d'une personne à faire l'expérience d'elle-même, lui procurant un outil concret pour progresser dans la résolution des ses conflits autant intérieurs qu'extérieurs. Cette capacité est ce que Gendlin (1997) nomme l'*experiencing* et la théorie de l'*experiencing* (Gendlin, 1997) a donné lieu à la création d'une échelle en sept degrés (Klein *et al.*, 1969) qui permet d'observer le niveau d'accès à l'*experiencing* d'une personne à partir d'extraits d'entretiens. Cette échelle, utilisée en psychologie dans un grand nombre de recherches<sup>26</sup>, a permis de démontrer que l'enseignement du Focusing augmente la capacité d'*experiencing* d'une personne, c'est-à-dire la conscience que la personne a d'elle-même et de son monde intérieur. En ce qui concerne l'apport du Focusing dans le domaine relationnel, plusieurs initiatives ont été réalisées à ce jour et Gendlin (2008) parle du travail effectué dans les prisons, auprès de clientèles de différents milieux psycho-sociaux et même dans certains programmes de réduction du stress<sup>27</sup>. Il ajoute que le Focusing touche des domaines variés, tels : l'art-thérapie, l'écriture, le travail corporel et énergétique, la spiritualité, etc. Il cite entre autres le programme *Relating Without Violence* (RWV)

---

<sup>26</sup> Hendricks (2001) répertorie 89 recherches effectuées sur un horizon d'une quarantaine d'années concernant l'efficacité du Focusing et l'aptitude à l'*experiencing*. Toutes ces recherches ont utilisées l'échelle d'*experiencing* ou l'une de ses variantes comme outil de mesure quantitative. Certaines d'entre elles (27) ont démontré une corrélation positive entre le niveau d'*experiencing* d'une personne et son aptitude à bénéficier d'une démarche thérapeutique, tandis que d'autres (23) se sont plutôt attardées à vérifier l'hypothèse selon laquelle une utilisation effective du processus de Focusing favorisait le déploiement d'un changement bénéfique pour la personne qui l'utilise. Un autre groupe de recherches (39) démontre qu'il est possible d'accroître l'accès à l'*experiencing* par l'enseignement du Focusing, que certaines personnes ont toutefois déjà cet accès de manière naturelle et que, dans un cas comme dans l'autre, des propositions expérientielles judicieusement formulées par un intervenant vont favoriser l'accès à l'*experiencing* et le déploiement du processus.

<sup>27</sup> Barry Bob M.D. (2006), qui enseigne à l'Université de médecine de Pennsylvanie, conduit des ateliers pour aider les médecins et autres professionnels de la santé et de la relation d'aide à mieux comprendre leurs émotions par l'accès au processus intérieur du Focusing et par d'autres approches et à communiquer autrement avec leurs clients.

conduit dans le milieu carcéral de l'Ontario (Bierman, 1999). Dans ce programme, le Focusing est enseigné aux prisonniers en groupe de pratique afin de leur permettre de rendre constructives des interactions qui étaient au départ abusives. Le changement se fait en leur donnant accès, par le Focusing, à ce que porte le conflit de façon sous-jacente et en favorisant le développement de leur capacité d'empathie envers eux-mêmes et envers les autres. Les conclusions de cette recherche indiquent que les participants au groupe RWV, comparé à un groupe témoin, sont émotionnellement plus confiants, moins méfiants et moins réactifs à la critique.

En ce qui concerne l'esprit communautaire, une étude a été effectuée en milieu carcéral dans la prison d'État de la Louisiane de 1989 à 1992. Conduite dans le cadre du département de sociologie de l'université d'État, par Roberts (2003), cette étude avait pour but d'observer les effets d'une pratique soutenue de l'esprit communautaire sur le climat du système carcéral. Une mesure a entre autres été effectuée auprès de deux groupes de prisonniers dont l'un seulement avait accès aux rencontres d'esprit communautaire. Ces prisonniers étaient tous par ailleurs jumelés dans un programme de mentorat où un prisonnier sachant lire accompagnait un prisonnier illettré dans son apprentissage de la lecture. L'étude a démontré que le groupe ayant accès aux rencontres d'esprit communautaire avait progressé plus rapidement dans la tâche d'apprentissage de la lecture. Ce succès pouvait être attribué aux habiletés d'écoute et d'empathie développées par les mentors et au lien de confiance mutuel créé entre les partenaires de la dyade par les partages en groupe. De plus, le programme de développement de l'esprit communautaire a aussi eu un effet positif sur le taux de récidive des prisonniers libérés. Dans son livre «Ainsi pourrait être le monde», Scott Peck (1994) mentionne également un exemple tiré de l'expérience de Michael Ray à l'université de Stanford<sup>28</sup>. Ayant suivi un atelier de développement de l'esprit communautaire, Ray incorpora cette pratique auprès de ses

---

<sup>28</sup> Michael Ray est l'auteur de plusieurs livres à succès dans le domaine de la créativité en entreprise dont entre autres un ouvrage collectif «*The new paradigm in business*» (1994) publié sous sa direction et auquel ont contribué Marilyn Ferguson, Peter Senge et Fritjof Capra.

étudiants dans le but de les aider à améliorer leur capacité de travailler en groupe. Peck (1994, p. 398), citant ces deux exemples, conclut: «Comme les défavorisés des prisons de Louisiane, les étudiants assez favorisés d'une école supérieure de Californie peuvent mieux apprendre lorsqu'ils sont en communauté.»

Mikhail Lyubansky, qui enseigne à la faculté de psychologie de l'Université d'Illinois à Urbana-Champaign, travaille avec Dominic Barter depuis 2009. Il tente d'introduire l'approche des cercles restaurateurs au Centre de détention juvénile du Comté de Champaign. Dans un article publié récemment (Lyubansky, 2011), il s'intéresse au conflit racial toujours d'actualité aux États-Unis où une forte proportion des usagers du système carcéral est constituée de personnes de couleur. Les pratiques restauratrices offrent selon lui une alternative permettant de créer les conditions d'une compréhension mutuelle et la mise en œuvre d'actions interraciales collaboratives. On a aussi recommandé l'approche des cercles restaurateurs dans le rapport Nesta<sup>29</sup>, publié au Royaume Uni en 2010. Après avoir étudié des centaines d'exemples en provenance du monde entier dans le but de générer de nouvelles perspectives pour travailler sur des situations récurrentes et surtout réduire les coûts des services publics, l'approche des cercles restaurateurs a été choisie parmi les 10 plus efficaces. Les quatre aspects étudiés dans ce rapport étaient : (1) La provenance des idées nouvelles, (2) Les clientèles nouvellement desservies, (3) Les fournisseurs de services, dans le sens de voir qui fera le travail et quelle sera la place des usagers, (4) Les nouvelles ressources puisant à la source des individus, des biens et des organisations subventionnés. Tous les exemples du rapport Nesta (2010) démontrent que l'efficacité des méthodes requiert un degré élevé d'autonomie des acteurs dans leur propre développement et qu'il est important de laisser le champ libre aux acteurs du terrain, afin de favoriser pleinement leur autonomisation.

---

<sup>29</sup> Nesta ([www.nesta.org.uk](http://www.nesta.org.uk)) est un organisme caritatif indépendant, enregistré au Royaume Uni, dont la mission consiste à aider les gens et les organisations à donner vie aux idées novatrices. Ils offrent des bourses et proposent différentes études sur des questions concernant l'innovation sociale. Ils mobilisent la recherche, le réseautage et l'acquisition d'habiletés et proposent également différents types de partenariats entre innovateurs, organisations, éducateurs et investisseurs (site consulté le 29 août 2013).

L'article de Bonafé-Schmitt (2012) offre une synthèse pertinente de la recherche sur les effets de la médiation citoyenne en termes d'acquisition d'habiletés relationnelles. Il affirme d'abord que «la médiation commence à avoir une histoire en France» (p. 122). Un observatoire de la médiation a été créé en 2002 et, dans le cadre de ce projet, les premiers travaux ont porté sur l'évaluation de la dimension éducative et transformative de la médiation. Il relate deux enquêtes ayant évalué les effets (1) de la médiation familiale sur les relations entre médiés (Bonafé-Schmitt *et al.*, 2006 et 2009) et (2) de la médiation scolaire sur les élèves médiateurs (Bonafé-Schmitt et Robert, 2002). Il ne fait pas état de recherches spécifiques concernant les effets de la médiation citoyenne sur les individus et leurs environnements mais constate la pertinence de la mise en œuvre d'outils d'évaluation quantitatifs et qualitatifs et ajoute qu'il serait aussi «nécessaire de mettre en place un processus d'évaluation du processus de médiation par les médiés» (Bonafé-Schmitt, 2012, p. 128). L'étude en milieu scolaire a toutefois démontré des résultats intéressants sur les médiateurs (donc ceux qui apprennent et pratiquent l'habileté). La pratique de la médiation en tant que médiateur permettrait en fait d'améliorer l'estime de soi, la confiance en soi, l'ouverture et la tolérance. Elle amène les jeunes médiateurs à agir avec plus de maturité, développe leur sens de responsabilité et de leadership, leur apprend des habiletés de gestion de conflits et les amène à développer un esprit de solidarité par la rencontre des autres.

En ce qui concerne la pleine conscience, les recherches ont surtout porté sur les effets de cette pratique sur la réduction du stress. Kabat-Zinn (2005) est connu sur ce sujet avec son programme *Mindfulness base stress reduction* (MBSR). Goleman<sup>30</sup> (2009), dans son concept d'intelligence relationnelle, fait référence à la conscience de soi qu'il associe à la pleine conscience et au dialogue. Pour la pratique du dialogue, il réfère directement à Buber (1938) duquel Peck (1993, 1994) s'inspire aussi.

---

<sup>30</sup> Goleman a entre autres travaillé en collaboration avec Kabat-Zinn à la création d'un programme qui intègre la pleine conscience et l'intelligence émotionnelle en milieu de travail. Chade-Meng Tan, un ingénieur ayant initié ce type de programme chez Google en collaboration avec Goleman et Kabat-Zinn, a publié à ce sujet un ouvrage intitulé «*Search Inside Yourself*» (Meng, 2012).



#### 1.4 Dégagement des axes de l'intervention

Afin de mieux comprendre le vivant des communautés PAIH, je propose dans cette recherche une pratique inductive basée sur l'*epochè* aussi nommée réduction phénoménologique. Il s'agit pour les acteurs de la recherche de se comprendre d'abord dans leur propre démarche et de se comprendre ensuite ensemble dans l'action. Cette démarche de compréhension et d'intercompréhension est utilisée autant pour les entretiens individuels que pour les processus de groupe. Dans le Focusing comme dans la pleine conscience il y a *epochè*, c'est-à-dire passage de l'attention de l'extérieur vers l'intérieur. L'approche du Focusing découle, selon la philosophie de Gendlin (1997, 2004), d'une forme particulière de réduction phénoménologique<sup>31</sup>. Étudiant, dans une perspective pluridisciplinaire, les méthodes concrètes pour explorer l'expérience subjective, Depraz, Varela et Vermersch (2011, p. 50), décrivent le déploiement de l'*epochè* en trois phases :

- 1) Il y a d'abord suspension de l'attention pouvant se faire selon trois modes :
  - a. Par un évènement existentiel externe de type saisissement (Perte des repères ex : rencontre avec la mort);
  - b. Par la médiation d'autrui (introspection guidée ou modélisée);
  - c. De façon autonome si on connaît le chemin;
- 2) Il y a ensuite conversion de l'attention de l'«extérieur» vers l'«intérieur»;
- 3) Il y a finalement «lâcher prise» et accueil de l'expérience telle qu'elle est.

Depraz, Varela et Vermersch (2011) explorent plusieurs traditions spirituelles engageant un travail de transformation de soi par ce qu'ils nomment : acte réfléchissant, acte de prise de conscience ou encore *praxis* réductive et qui revient toujours à nommer l'*epochè* de différentes manières. Ils répertorient ainsi : l'entretien d'explicitation, la méditation assise, la vision stéréoscopique, la prière du cœur, la séance de psychanalyse et l'atelier d'écriture, et précisent que ces pratiques se font

---

<sup>31</sup> Pour Gendlin (1972) le mouvement thérapeutique se produit par l'accès à l'*experiencing* que procure le processus de Focusing. Gendlin est reconnu en tant que psychologue humaniste et philosophe américain majeur du courant de la phénoménologie. La phénoménologie a eu une influence marquante sur le développement des approches humanistes de Rogers, Maslow, Gendlin et autres. Cette branche de la psychologie s'intéresse à ce qui est vécu et porté par la personne et, lorsqu'appliqués dans un cadre de relations interpersonnelles, les principes humanistes permettent des échanges respectueux où chacun assume ses propres perceptions (Boutin, <http://diffusion-focusing.org/doc/boutin/phenomenologie.pdf> consulté le 5 avril 2013).

habituellement en petits groupes réunis dans un lieu déterminé, dans un cadre thérapeutique ou même dans un groupe de discussion. Je me permets d'extrapoler que le Focusing, pratiqué en partenariat ou en groupe, fait partie des pratiques de transformation dont ils parlent et dans lesquelles ils incluent au départ la pleine conscience<sup>32</sup>. En ce qui concerne les processus de groupe tels ceux de l'esprit communautaire et des cercles restaurateurs, je propose de les considérer en tant que formes particulières d'*epochè* de groupe. Il y a en effet dans ces pratiques à la fois transformation de soi et transformation du groupe par un accès à la profondeur de chacun et une ouverture au processus intérieur<sup>33</sup>. Le passage à l'esprit communautaire dont parle Peck (1993) se fait par une phase de chaos et une phase de vide (perte de repères et émergence) caractéristiques de l'*epochè*<sup>34</sup>. Il est ainsi possible d'anticiper un grand potentiel de changement et de prises de conscience individuelles et collectives par l'*epochè* groupale. La documentation des cercles pourra aussi conduire à une meilleure compréhension du phénomène de l'*epochè* dans les groupes. La question de recherche à laquelle les participants au groupe formé pour la recherche se proposent de réfléchir de manière individuelle et collective est : **Comment favoriser l'émergence et la vie des communautés de pratique de l'attention inter humaine et quelle place chacun occupe-t-il dans ce mouvement?**

#### 1.4.1 Le but et les objectifs de cette recherche

La présente recherche a pour but une compréhension commune du phénomène d'émergence et de vie des communautés PAIH, dans l'objectif d'un renforcement de chacune d'entre elles et d'une ouverture des communautés les unes envers les autres. Les objectifs spécifiques suivants ont été explorés et recueillis lors des trois premières

---

<sup>32</sup> Mes conclusions sont étayées par les plus récents écrits de ce groupe de chercheurs dont Claire Petitmengin fait partie. Petitmengin (2011) compare ainsi trois méthodes d'accès à la dimension «pré-réfléchie» de l'expérience : l'entretien d'explicitation, la méditation Vipassana et le Focusing.

<sup>33</sup> Le processus intérieur qui amène une transformation de soi est celui de l'accès à l'*experiencing* ou plus largement de l'accès à l'*epochè* que certains vont faire par d'autres pratiques, entre autres celle de la pleine conscience. Selon Lewin (1959), fondateur de la dynamique des groupes, il n'y a pas de frontières immuables entre les consciences individuelles et le milieu interactionnel, une influence mutuelle existe entre les deux.

<sup>34</sup> Voir à ce sujet l'exploration des étapes de la communauté de Scott Peck (1993, 1994) à la section 2.3.4, émergence et vie des communautés.

rencontres des acteurs de la recherche et ils ont guidés les choix effectués dans la suite de la démarche : (1) Observer la manière dont le collectif se forme et évolue autour de la tâche qu'il se donne, (2) Apprendre la tolérance des différences, (3) Explorer les origines et les possibilités de convergence des pratiques des différentes communautés (voir point 1.4.2), (4) Modéliser et présenter les observations faites à partir du vécu du groupe et des histoires individuelles.

#### 1.4.2 La convergence des approches

Pour Gendlin (2008), le Focusing peut être intégré dans tous les environnements et il peut avantageusement être combiné à d'autres processus. Il propose de s'intéresser aux pratiques et aux enseignements de ceux qu'il nomme «nos voisins» en établissant des ponts qui vont bonifier l'une et l'autre des approches ainsi croisées.

Lorsque nous connaissons plus d'une méthode elles ne peuvent pas rester séparées. Tout ce que nous savons modifie notre façon de faire tout le reste. Notre organisme, ayant intégré une méthode expérientielle, ne peut pas laisser tomber ce qu'il sait. Il intègrera seulement ce qui est nouveau et nous développerons ainsi une version plus efficace de chaque méthode que nous utiliserons [traduction libre] (2008, p. 370).

L'organisation *Mind and Life*<sup>35</sup> qui soutient la recherche en neurosciences s'intéresse aux disciplines de la phénoménologie et du bouddhisme afin de construire des ponts entre ces approches. Selon Varela (1993), Bouddha serait un précurseur d'Husserl et les bouddhistes des spécialistes de la phénoménologie du mental. Pour lui, la tradition bouddhiste n'a rien à voir avec la religion et tout à voir avec les sciences de l'esprit. Rome et Martin (2010), pratiquants de la pleine conscience, affirment que l'écoute de l'autre passe par l'écoute de soi. Le Focusing, une excellente manière pour eux de développer cette écoute, permet aussi de cultiver des habiletés intérieures vitales

---

<sup>35</sup> *Mind and Life* ([www.mindandlife.org](http://www.mindandlife.org)) est une organisation qui a pour mission de construire une compréhension de l'esprit et des pratiques contemplatives par un mode de connaissance qui combine la science à la première personne avec les méthodes et les découvertes de la recherche scientifique contemporaine. Les chercheurs et les contemplatifs qui œuvrent ensemble dans cette organisation souhaitent ainsi rendre accessible des pratiques d'entraînement de l'esprit pouvant réduire la souffrance sociale, favoriser l'équilibre émotionnel des personnes et promouvoir les qualités d'attention, de bienveillance et de compassion. Depraz (2011), Petitmengin (2011) et Scharmer (2009) font parti des conférenciers invités au symposium Européen 2013 (site consulté le 29 août 2013: <http://www.europeansymposium.org>).

telles : (1) La connaissance de soi (*self-knowing*), (2) La présence aimante (*caring presence*) et (3) La compréhension intuitive (*intuitive insight*). Ces habiletés sont recherchées et souhaitées dans les pratiques de l'attention inter humaine et considérées, dans la perspective du groupe *Mind and Life*, comme étant des pratiques d'«entraînements de l'esprit». Le triple lien entre la pleine conscience bouddhiste, la posture phénoménologique et le Focusing est ainsi reconnu.

#### 1.4.3 La dimension communicationnelle de cette recherche

Dans l'intervention que je propose, la communication, qui se fait par des entretiens individuels et des rencontres de groupe, est une démarche de compréhension de soi et d'intercompréhension donnant accès à l'intériorité de chacun (Gendlin 1984, 2004, 2006, 2007). Une communication saine commence par un bon accès à ce que chacun porte afin de pouvoir ensuite, par la pratique du dialogue, accéder à la compréhension du point de vue de l'autre. La communication est, selon Peck (1993), le fondement de toute relation humaine. Il affirme ainsi que les principes de formation de la communauté s'appliquent à toute situation où deux personnes ou plus sont réunies et que « la communication devrait servir, ultimement, à réduire ou à faire tomber les murs et les barrières des malentendus qui séparent les êtres humains » (p. 314). Poursuivant sur le même registre d'intercompréhension, les procédés de communication en groupe favorisent le dialogue et l'écoute afin que nous puissions construire ensemble notre monde collectif et éventuellement ouvrir la communauté vers une vision élargie de ses rapports avec le monde (Gendlin, 2004, 2007). Les rencontres de groupe se font, dans cette recherche, sur un mode non directif et avec des temps de silence donnant accès à l'intériorité (Peck, 1993; Rogers, 1973; Maslow, 1998). Elles se font sans programme préétabli mais toujours autour du thème de l'émergence et de la vie des communautés et de la place que chacun occupe dans ce processus. Le paradigme systémique, qui pose la communication comme étant un système incluant les comportements des individus, sous-tend la dimension communicationnelle de cette recherche. Il est présenté au chapitre 2 (point 2.4).

## CHAPITRE II

### CADRAGE CONCEPTUEL DE L'INTERVENTION

#### **2.1 Filiation épistémologique**

Une démarche de recherche est toujours construite à partir d'une certaine vision du monde. Il est bon d'en indiquer les fondements axiologiques (les valeurs), ontologiques (les origines) et épistémologiques (la posture). Disons au départ que mon orientation se situe dans la dimension de l'être, de la relation et de l'unité de toute chose. J'ai choisi une approche de recherche combinée qui honore clairement la subjectivité en tant que source de connaissance et où les valeurs humanistes et dialogiques sont prépondérantes, le chercheur se positionnant comme un accompagnateur de la réflexion et du changement. La vision est holistique et non linéaire car elle tient compte de réalités complexes dont l'intelligibilité, toujours perfectible, se dessine par itérations successives. Les concepts présentés dans ce chapitre en tant que fondements de la recherche sont phénoménologiques, humanistes, systémiques et holistiques. Mon défi consiste à intégrer les principes de la recherche d'approche holistique à ceux de la science à la première personne du monde de la phénoménologie. C'est en utilisant les concepts du philosophe Eugene T. Gendlin et sa théorie de l'*experiencing* que je pense pouvoir y parvenir.

#### **2.2 Structuration et modèles d'intervention**

Pour mener à bien cette recherche, il est nécessaire d'avoir une clé d'accès pour l'intériorité et une clé d'accès pour le monde vivant que le collectif formé pour la recherche souhaite étudier dans son mouvement en train de se faire. Pour l'intériorité, je me suis ancrée dans la théorie de l'*experiencing* (Gendlin, 1997), et pour le regard sur le monde, je me suis ralliée aux théories communicationnelles des systèmes vivants (Wenger, 2005 ; Peck, 1993, 1994 ; Wheatley, 1992, 2005).

### 2.2.1 L'*experiencing* : une clé d'accès à l'intériorité

Selon Gendlin (1997), l'*experiencing* est l'aptitude que possède un individu à faire l'expérience de lui-même. Le degré d'*experiencing* d'une personne est une donnée observable dans sa communication verbale. La théorie de l'*experiencing* développée par Gendlin (1997, [1962]) a donné lieu à l'approche du Focusing (Gendlin, 2006), qui, tel que déjà mentionné, est une forme de réduction phénoménologique. Le Focusing est un acte d'écoute intérieure et de conscience de soi et le fait d'apprendre et d'utiliser ce processus en dehors d'un cadre thérapeutique est déjà assez révolutionnaire<sup>36</sup>. Il est possible de constater aujourd'hui que des milliers de personnes partout dans le monde utilisent ce procédé de changement et de transformation pour leur mieux-être. Découlant également de la théorie de l'*experiencing*, l'approche de la pensée au seuil d'émergence (PSE) (Gendlin, 2004) se greffe sur celle du Focusing afin de créer un lien entre «penser» et «sentir». L'approche de la PSE est assez récente même si elle découle d'une théorie (celle de l'*experiencing*) publiée en 1962. Les balises de la PSE ont été posées à l'université de Chicago où Gendlin offrait un cours multidisciplinaire sur la construction de théorie et le modèle a été publié en 2004. Le Focusing et la PSE sont présentés plus en détail au chapitre de la méthodologie car ils sont utilisés comme outils pour les entretiens, pour les processus de groupe et pour l'analyse des données.

### 2.2.2 L'approche systémique dans les communautés et dans la recherche

Le paradigme systémique rallie à la fois la filiation épistémologique de la démarche de recherche et les concepts clés de l'intervention. Les auteurs Wenger (2005), Peck

---

<sup>36</sup> Gendlin (1984) a fait le choix de donner aux gens le processus de Focusing afin qu'ils puissent le faire par eux-mêmes et avec d'autres. Rogers, dont Gendlin a été un proche collaborateur à l'université de Chicago à partir du début des années cinquante jusqu'en 1963, a aussi proposé ce type de démarche avec l'écoute active et, selon Gendlin (1984), il a été critiqué et attaqué pour cette ouverture vers une pratique thérapeutique libre démystifiant le modèle médical qui prévalait à l'époque. Gendlin (1984) précise que la transmission d'un processus requiert qu'il soit spécifié de telle sorte qu'il soit observable et que les gens puissent en reproduire la procédure sous la forme d'une expérience cible. Selon Hendricks (2005) les programmes de partenariat en Focusing offerts dans la grande communauté du Focusing constituent une nouvelle structure sociale par le fait qu'ils sont libres d'accès et gratuits et permettent à plusieurs personnes, partout dans le monde, de pratiquer ensemble l'écoute et le Focusing.

(1993, 1994) et Wheatley (1992, 2005) qui sont étudiés au point 2.3 se positionnent clairement dans cette dynamique<sup>37</sup>. Les paramètres les plus actuels de la recherche dite «collaborative» ou «participative» qui accordent une place importante à la formation du collectif, rejoignent en ce sens ceux du courant de l'apprentissage social en contexte systémique où, selon Wenger (2005), s'inscrivent les communautés de pratique. La particularité de ce type de recherches est leur fondement sur la collaboration entre les chercheurs et les acteurs sociaux, requérant des chercheurs qu'ils s'engagent pleinement en adoptant une posture systémique qui leur permet de suivre le mouvement au moins autant qu'ils l'initient (Bourassa *et al.*, 2012). Parce que le chercheur mène ses recherches avec les participants, c'est avec eux qu'il clarifie les orientations, prend les décisions et valide la démarche et ses conclusions en révélant périodiquement la progression des travaux et les résultats de l'analyse.

### **2.3 Concepts clés de la démarche**

Selon Gendlin (1997, p. xiv) «Le type de communauté où les gens entraînent en relation à partir de leurs rôles est en voie de disparition tandis que de nouveaux types de communautés où il est possible d'interagir directement de notre intrication commencent à se développer.» Il affirme que la PSE a un but social car elle permet de construire notre monde inter humain et de le porter plus loin. Visant à faire de toutes les communautés des lieux d'expression, il encourage chacun à exprimer ce qu'il porte car, dit-il : «Personne ne peut vivre le monde selon votre point de vue. Aucun autre organisme ne peut sentir exactement «le plus» que vous ressentez.» (Gendlin, 2004, p. 5). Comment peuvent naître ces nouvelles communautés dont parle Gendlin? Les concepts que j'ai identifiés comme étant les plus inspirants pour la construction

---

<sup>37</sup> Il n'y a pas de référence précise à la systémique pour les concepts proposés par Angyal (1965) et Caillé (2007, 2009) mais la dimension systémique y est implicite. Angyal (1965) offre un modèle de conception holistique du développement de la personne se situant dans l'interaction dialectique entre l'individu et sa communauté et Caillé (2007, 2009), qui développe la pensée de Mauss (1973), positionne également son approche dans une interaction dialectique entre le rapport à soi et l'ouverture à l'altérité reconnaissant Mauss (1973) comme précurseur de l'interactionnisme symbolique. J'explique au point 2.4 la complémentarité du courant de l'interactionnisme avec le paradigme systémique.

de ce nouveau tissu social sont ceux d'Angyal (1965), Caillé (2007, 2009), Wenger (2005), Peck (1993, 1994) et Wheatley (1992, 2005).

### 2.3.1 L'autonomie et l'homonomie d'Angyal

Il est possible de distinguer, dans la présente recherche : (1) Le pôle de l'individu, (2) Le pôle de la communauté et (3) La relation entre ces deux pôles. Selon Angyal (1965), psychologue humaniste ayant proposé une conception holistique de la santé psychique, «Chaque personne se comporte comme si elle cherchait sa place dans une plus grande unité dont elle serait une partie.» (p. 15). L'homme cherche d'une part à accroître son autonomie (affirmation de soi, lutte pour la liberté et la maîtrise de sa vie, être au centre de son propre monde et organiser les objets et les événements de telle sorte qu'ils soient sous son contrôle) et, d'autre part, il souhaite s'abandonner et devenir partie organique de quelque chose de plus grand que lui. La conception que se fait chacun de cette unité plus grande à laquelle il appartient (ou souhaite appartenir) varie en fonction de son bagage culturel, de son orientation personnelle et de la conscience qu'il a de l'existence de cet ensemble. Il s'agit pour Angyal (1965) d'une question métaphysique qu'il nomme «tendance à l'homonomie». Cette tendance est une source importante de motivation du comportement humain. En chaque être humain cohabiterait ainsi la tendance à l'autonomie et celle à l'homonomie et il n'y en a pas une qui soit plus importante que l'autre. La deuxième ne serait pas non plus un luxe que l'on s'offre uniquement lorsque d'autres besoins ont été satisfaits<sup>38</sup>. Il affirme toutefois que « Du point de vue psychiatrique, la deuxième tendance serait plus cruciale car, si les choses vont mal dans notre vie, nous avons plus de difficulté dans ce domaine que dans tout autre » (Angyal, 1965, p. 16). Il ajoute aussi que cette recherche de l'homonomie est équivalente à l'amour. Au niveau le plus spécifiquement humain de l'existence, l'homme est préoccupé par le

---

<sup>38</sup> Il y a un lien intéressant à faire ici avec les concepts de Simmel (1999 [1908]). Pour Simmel, lorsque l'individu s'autonomise du lien avec sa famille, il s'associe à partir de relations de «communautés d'intérêts» basées sur des liens librement consentis et pour lui : «Le nombre des différents cercles dans lesquels se trouve l'individu, est l'un des indicateurs de sa culture.» (p. 414). Pour Simmel, le rapport social qu'Angyal nomme homonomie est indissociable des questions philosophiques.



sens de sa vie. «Être, exister à ce niveau, signifie être quelque chose pour quelqu'un d'autre» (Angyal, 1965, p. 18) et, à ce niveau, nous commençons par n'être rien.

Tout ce que nous avons au départ est cette profonde urgence d'exister et cette terrible expérience de non existence. Un poème écrit dans une langue que personne ne peut lire n'existe pas en tant que poème. Pas plus que nous n'existons dans le sens humain jusqu'à ce que quelqu'un nous décode. L'homme, d'une manière cruciale, est un symbole, un message qui ne vient à la vie qu'en étant compris, reconnu par quelqu'un. Autrement, son existence n'a pas plus de sens ou de réalité qu'une inscription sur un rocher d'une planète inhabitée [traduction libre] (Angyal, 1965, p. 18).

Angyal affirme aussi que le besoin d'appartenance reste une abstraction tant qu'il n'est pas concrètement manifesté par l'engagement auprès d'une personne, d'un groupe ou d'une cause et qu'il y aurait une tendance naturelle pour une personne en cheminement à se joindre à d'autres dans la poursuite de buts communs. Il y a lieu, dans le contexte de l'étude du vivant des communautés PAIH, de porter attention aux buts communs manifestés à la fois dans les organisations qui nous concernent et dans le collectif formé pour la présente recherche et d'observer comment l'engagement se manifeste concrètement dans ces situations.

### 2.3.2 La philosophie du don : tiers paradigme

Quelque chose de tout à fait particulier dans l'histoire des sciences sociales prend naissance en 1924 avec l'essai de Marcel Mauss sur le don. Pour Alain Caillé, sociologue et directeur de la Revue du MAUSS (créée en 1981), cet essai fonde une nouvelle théorie de l'action sociale ayant comme premier postulat la triple obligation de donner, recevoir et rendre<sup>39</sup>. Le projet de ce groupe de réflexion introduit l'idée selon laquelle le champ social ne peut aucunement être réduit à la vision utilitariste qui y prévaut actuellement. Le don serait en fait la constitution première du lien social, et l'échange, plutôt que d'être purement rationnel et à visée de profit, serait tributaire du besoin d'être en lien avec ses semblables. On a pu assister ainsi au cours des dernières années à l'émergence de nouveaux concepts qui viennent enrichir

---

<sup>39</sup> «Les trois obligations : donner recevoir et rendre» (Mauss, 1973, p. 50). Ce postulat central vient de Mauss (1973) et est largement repris dans les milieux du MAUSS.

l'anthropologie du don<sup>40</sup> et la théorie anti-utilitariste de l'action<sup>41</sup>, deux ouvrages clés d'Alain Caillé. Dans les milieux du MAUSS, on parle maintenant de convivialité<sup>42</sup> et de réciprocité bienveillante. Pour Ronsanvallon (2011), la condition d'une solidarité plus active passe par la construction d'une société fondée sur les principes de singularité, de réciprocité et de communauté. Remettant toujours en question la vision utilitariste (modèle de l'*homo economicus*) selon laquelle les individus sont séparés, rationnels, calculateurs, égoïstes et centrés sur la satisfaction de leurs propres besoins, Caillé (2007, 2009) présente deux types de rapports sociaux qu'il nomme «socialité primaire» et «socialité secondaire». La socialité primaire est le monde de la famille, des amis, du voisinage et de l'association qui est, pour lui, de toute évidence régi par la triple obligation de donner, recevoir et rendre. La socialité secondaire est le monde des échanges économiques de biens et services où le mode d'organisation dominant est celui de l'efficacité et de la rentabilité fonctionnant de manière rationnelle et impersonnelle. Les exigences de productivité des organisations ne peuvent toutefois être respectées que si les gens «se donnent» à leur tâche au-delà de ce qui peut être mesuré ou imposé par contrat et toute la science moderne de la gestion en est, selon Caillé (2007, 2009), à redécouvrir la valeur de l'engagement. Les études du MAUSS proposent une réorganisation et une révision des fondements de la sociologie à partir du paradigme du don qui permet de sceller l'alliance entre des sujets sociaux se reconnaissant les uns les autres. Pour Caillé (2007, 2009), le don est en fait l'opérateur généralisé du rapport social. Il préconise ainsi une interaction dialectique entre les motivations utilitaristes et anti-utilitaristes de l'action en tant que fondement d'une nouvelle pensée sociale. Selon le modèle utilitariste, il faut gagner sa vie et les considérations de rôle et de fonctions sont prépondérantes mais elles peuvent s'ancrer dans une dimension anti-utilitariste. Dans cette dimension anti-utilitariste, les communautés et les familles existent d'abord pour le cœur, et la personne y est

---

<sup>40</sup> Anthropologie du don : le tiers paradigme, Alain Caillé, La découverte, 2007.

<sup>41</sup> Théorie anti-utilitariste de l'action, Alain Caillé, La découverte, 2009.

<sup>42</sup> L'expression est reprise d'Ivan Illich dans son livre «La convivialité» paru en 1973.

toujours plus importante que sa fonction. Le don embrasse ainsi toutes les dimensions du lien social car il est le geste qui fait basculer de la guerre à la paix et de l'ignorance à la reconnaissance de l'autre. Les sociétés sont constituées par alliance et Caillé (2007) distingue trois types d'alliance. La première alliance est de type horizontal et elle se fait entre les guerriers (il s'agit de passer de la rivalité à la collaboration). La deuxième est transversale et elle permet de générer la création (par l'échange des femmes dans les sociétés archaïques et par l'échange des idées et la réalisation de projets dans les sociétés modernes, les deux visant une certaine pérennité) et la troisième est verticale (alliance avec les entités invisibles, le spirituel et le symbolique). Celui qui donne fait acte de foi dans la valeur de l'alliance. Il fait le pari que le rapport social peut s'enrichir par le nouveau type de lien qui s'instaure. C'est le don qui fonde la mise en commun et, ultimement, la communauté. Caillé (2009), résumant la pensée issue de cette réflexion avec ce qu'il nomme le paradigme du don, générateur du lien entre les paradigmes individualiste et holiste, affirme que :

La capacité à se mettre à la place de l'autre passe par la conscience de soi. Il n'y a donc pas nécessairement opposition, mais au contraire complémentarité entre rapport de soi à soi et ouverture à l'altérité, entre intérêt pour soi et intérêt pour autrui (p. 40).

À l'opposé de la chaîne créatrice du lien (donner, recevoir et rendre) se trouve son inverse (prendre, refuser, garder) et toute action sociale est, selon Caillé (2007, 2009), tributaire de cette dialectique. Caillé (2007) propose une lecture de l'engagement associatif en tant qu'indicateur d'une nouvelle solidarité. Même si cette forme d'engagement a existé de tout temps, le regard qu'il est possible d'y porter semble, pour Caillé (2007), générateur d'une nouvelle compréhension du vivre en société. Il apparaît ainsi que le fait associatif manifeste la création d'un espace dans le tissu social qu'il nomme l'«espace public primaire». Primaire dans le sens où cet espace se fonde sur le cœur, le don, l'engagement et la reconnaissance des sujets sociaux les uns par les autres au-delà des rôles et des fonctions. Il s'agit d'une socialisation active, délibérée, facultative et révocable qui se déploie au point de rencontre des modèles primaires (famille, amis) et secondaires (travail, État). Caillé (2007) va

jusqu'à affirmer que le sort de la démocratie se joue actuellement au sein de ces formes sociales et que c'est là qu'il faudra regarder pour voir l'émergence d'une société civile mondiale et autonome ayant la capacité de s'opposer à la dilution du monde dans la société marchande. Selon Caillé (2007), Mauss a influencé le courant de pensée de l'interactionnisme symbolique et celui de l'existentialisme avec, entre autres, Simmel, Sartre, Merleau-Ponty et Goffman. Le message le plus important que je retiens en tant que fondement conceptuel de la démarche est celui de la nécessité de créer de nouvelles solidarités.

Au-delà des solidarités familiales traditionnelles, il faut donc créer des solidarités nouvelles qui s'expriment à travers les coopératives sociales, les associations et l'ensemble des activités collectives à finalité non lucrative (Caillé, 2007, p. 123).

### 2.3.3 La théorie des communautés de pratique de Wenger

La recherche est ancrée au départ dans la théorie des communautés de pratique de Wenger (2005) qui propose un approfondissement de la compréhension du fonctionnement d'une communauté et cherche ainsi à en favoriser la mise en œuvre. Selon Wenger (2005), s'appuyant sur Dewey (1922), Piaget (1954) et Vygotsky (1978), précurseurs du courant de l'apprentissage situé, la connaissance est indissociable du contexte social et culturel dans lequel elle est construite et utilisée. Elle découle toujours d'une participation active. La communauté de pratique est une forme évoluée d'organisation humaine basée sur la philosophie du don, c'est-à-dire un rapport entre les gens qui favorise la création du lien social et l'apprentissage collectif. De plus, la théorie des communautés de pratique situe l'apprentissage dans le contexte d'une expérience vécue dans le monde. Selon Wenger (2005), il serait ainsi tout aussi facile d'apprendre que de manger ou de dormir. Mais, pour y parvenir, il faut développer un sens d'appartenance à la communauté et savoir s'y engager. Toujours selon Wenger (2005) « [l]e processus d'engagement dans une pratique implique toute la personne, à la fois son agir et ses pensées. » (p. 53). Il implique également des actions concrètes car « [d]'une manière ou d'une autre, les tâches doivent être accomplies, les relations assouplies, les processus inventés, les situations

interprétées, les objets fabriqués et les conflits résolus. » (Wenger, 2005, p. 54) et « [p]our pouvoir s'engager dans une pratique, il faut vivre dans un monde où il est possible d'agir et d'interagir. » (Wenger, 2005, p. 57). La pratique, pour lui, concerne d'abord le sens donné à ce que l'on fait. L'intangible occupe une place importante dans la démarche d'engagement et le sens de ce que nous faisons n'émerge qu'à partir de l'expérience globale pleinement vécue et conscientisée.

#### 2.3.4 Émergence et vie des communautés

Les communautés se forment et émergent à partir du constat d'un besoin mais il est possible d'en faciliter la formation. L'auteur qui m'a semblé le plus pertinent sur la question de la formation de communautés est Scott Peck (1993, 1994). Les concepts de Peck sont inspirés de ceux de Bion (1965) en ce qui concerne la compréhension de l'identité d'un groupe et de ses hypothèses de base. Mais, pour Peck (1993, 1994), il semble que la prise de conscience recherchée dans ce modèle ne soit pas suffisante. Pour qu'un groupe de travail soit efficace, il doit «faire communauté» c'est-à-dire savoir aussi faire preuve d'amour, d'engagement et de communication authentique. Peck (1993, 1994) propose une méthodologie permettant à un groupe de pouvoir travailler et créer ensemble. Il adapte les hypothèses de Bion (1965) en scindant les stratégies de fuite et de lutte et en y ajoutant le vide, espace essentiel à l'émergence de la communauté<sup>43</sup>. Le modèle se lit alors en quatre étapes distinctes : (1) La pseudo-communauté (qui correspond aux hypothèses de fuite et de dépendance de Bion (1965)), (2) Le chaos (qui correspond aux hypothèses de lutte et de couplage de

---

<sup>43</sup> Peck (1993) considère le vide en tant que concept mystique. Il s'agit, selon lui, de la partie la plus difficile et de l'étape la plus déterminante du processus de développement de la communauté. Le vide consiste à évacuer les obstacles qui encombrant l'esprit sous la forme d'attentes et d'idées préconçues et empêchent la communication. Peck (1993) précise que «les gens sont terrifiés par le vide de l'inconnu» (p. 114) et que, pour éviter de faire face à cette peur, ils s'accrochent à toutes sortes d'attentes sur ce qui *devrait être* et vivent rarement une situation sans faire appel à des idées préconçues, ce qui s'avère destructeur pour l'émergence de la communauté. Une fois libérés des préjugés, de l'idéologie, des croyances et du recours à toutes sortes de solutions sur ce qu'il conviendrait de faire, il y a possibilité d'avancer ensemble. Il n'est pas nécessaire, selon Peck (1993), d'abandonner ses convictions profondes. Il suggère plutôt de les voir avec moins d'attachement, plus d'humilité et plus d'humour. Il n'y a plus alors cette nécessité de vouloir guérir l'autre ou de le convertir. Il y a moins d'urgence à *régler le problème* en établissant des règles. Ce changement d'attitude permet l'émergence de visions communes plus riches. Il est possible de rapprocher ce concept de celui l'observation des présupposés (Bohm, 1996) et du travail sur l'abandon de l'attachement aux opinions proposé par Thich Nhat Hanh (1998).

Bion (1965)), (3) Le vide (dont le fondement théorique se rattache à la pratique Quaker du silence), (4) La communauté (basée sur le dialogue de Buber (1938)). Il ajoute que la responsabilité du groupe appartient à tous, car selon lui «celui qui dirige ne devrait faire que les interventions que les autres membres du groupe se révèlent incapables de faire.» (Peck, 1993, p. 144). De cette manière et par ce partage de responsabilité, les participants acquièrent la conscience de ce qui est en train de se vivre entre eux. La perception du groupe en tant que collectivité s'affine. D'autre part, Margaret Wheatley (1992, 2005) s'est particulièrement attardée à l'étude des modes de gestion communautaire permettant à des groupes de vivre et de progresser ensemble. Elle constate que les pratiques occidentales qui tentent de dominer la vie en organisant et en dirigeant tout, sont à l'opposé de ce que la vie nous enseigne. Les principes d'autogestion qu'elle met de l'avant consistent plutôt à apprendre, dans une attitude de fluidité et de respect du rythme des individus et des communautés, à danser avec la vie. Il s'agit d'un changement de paradigme. Elle affirme que «[l']organisation est un processus et non une structure» (Wheatley, 2005, p. 27) et que:

Le processus d'organisation implique de développer des relations qui émanent d'un sens partagé de nos raisons d'être ensemble. Il comprend l'échange et la création d'information, l'apprentissage constant, le souci de l'effort et des résultats, la coadaptation, la coévolution, le développement d'une sagesse qui s'acquiert, le maintien de la clarté des buts et une attention portée aux changements qui viennent de partout [traduction libre] (Wheatley, 2005, p. 27).

Selon Wheatley (2005), trois facteurs importants doivent être mis en lumière pour le déploiement d'une organisation autogérée : (1) L'identité de l'organisation (ou de la communauté) qui servira de référence lors de la prise de décision, (2) L'information qui nourrit le système en un flux constant, (3) Le réseau des relations qui est la voie de l'intelligence des systèmes. Pour Peck (1993) et Wheatley (2005), l'émergence et la vie des communautés se situent à la rencontre de l'individuel et du collectif. En faisant le choix de regarder plus attentivement le vécu des gens qui font partie des

communautés à l'étude dans la présente recherche, je pense être en mesure de mieux comprendre la portée du phénomène dans sa globalité.

#### **2.4 Paradigme communicationnel et synthèse conceptuelle**

Winkin (1981) propose le terme de «nouvelle communication» pour décrire une école de pensée ayant pris source en Amérique dans les années cinquante. Dans cette école, que Winkin (1981) qualifie de «collège invisible», des chercheurs, en provenance d'horizons divers, opposent au modèle télégraphique de la communication de Shannon et Weaver (1949) qui prévalait à l'époque un nouveau modèle où l'analogie communicationnelle est celle de l'orchestre. Dans ce modèle, les gens font partie d'un orchestre jouant une partition invisible apprise inconsciemment (Schefflen, 1973). Selon Winkin (1981), les trajectoires des chercheurs influencés par ce courant, en se recoupant, auraient produit une importante «interpénétration conceptuelle et méthodologique» (p. 20). Bateson, reconnu comme précurseur de ce mouvement, propose en 1951 une théorie générale de la communication. Cette théorie, dérivée des idées de la cybernétique (Bertalanfy, 1950 ; Weiner, 1948), a initiée ce qui est actuellement reconnu comme étant le paradigme systémique de la communication associé à la méthode scientifique de la systémique (Bériot, 2006; Le Moigne, 1990; Morin, 1992; Wheatley, 2006). La communication, selon Bateson (1977, 1978), est un système qui inclut tous les comportements des individus. Le silence, l'inaction, l'utilisation de gestes et de postures et la ponctuation des paroles par des actions (tel se lever et quitter la pièce) font partie de la communication. Ainsi, puisqu'il n'y a pas de «non-comportements», il est impossible de ne pas communiquer. Bateson introduit aussi la notion de méta communication pour parler de la communication qui se fait sur la communication lorsque, par exemple, des questions sont abordées afin de comprendre ce qui s'est passé entre des individus. Selon Bagaoui (2007), l'application de la pensée systémique en sociologie permet d'anticiper le fondement de ce qu'il nomme comme étant une «sociologie relationnelle interdisciplinaire» (p. 155). Il propose ainsi le modèle systémique relationnel unifiant trois axes soit

ceux de : (1) la relations entre acteurs (interactionnisme), (2) la relation agent-structure et (3) la relation systémique où «l'accent est mis sur la totalité, définie comme l'ensemble des relations entre les parties» (Bagaoui, 2007, p.158). Ainsi, les acteurs sont influencés par les structures et les influencent aussi en retour dans un mouvement d'interaction continue qui est celui de la vie. Pour Sanford (1998) et Carle (1998), l'approche de Rogers et des humanistes, avec des concepts tel celui de la tendance à l'auto actualisation<sup>44</sup> et la vision du développement humain en tant que processus, ferait aussi d'eux des précurseurs de la science des systèmes. À partir de cette position que je partage, l'ensemble des concepts que j'ai choisis et présentés dans ce chapitre se rattache d'une manière ou d'une autre au paradigme systémique. Tout est processus. Tout est système. La théorie de l'*experiencing* et les processus du Focusing et de la Pensée au Seuil d'Émergence (PSE) (Gendlin, 1997, 2004) s'inscrivent dans cette dynamique où, selon Gendlin (1997, 2007, 2008) nous pouvons construire notre monde et le porter plus loin par des actions communes. Selon Gendlin (2008, p. 1) :

Le Focusing, issu d'une nouvelle philosophie, rend possible la réalisation de pratiquement toute activité d'une manière fondamentalement différente. En procurant un accès à l'intrication expérientielle de toute situation vécue, il génère un mouvement de vie permettant d'accéder à de nouvelles possibilités [traduction libre].

Dans la communication, le Focusing permet à chacun d'articuler sa pensée à partir de son espace intérieur créant ainsi un lien entre l'intériorité de la personne et son environnement. Le regard porté sur les communautés à l'étude dans la présente recherche comprend ainsi sous l'angle communicationnel : la communication de chacun avec lui-même (intériorité et perception), la communication interpersonnelle (constituant un système d'interaction) ainsi que les procédés de communication en groupes et ceux visant la communauté élargie et ses rapports avec le monde. Dans cette perspective, les communautés et les groupes sont aussi vus comme étant des systèmes vivants en interaction avec leur environnement.

---

<sup>44</sup> Rogers (1976) précise que la tendance à l'auto actualisation imprègne toute vie organique, ce qui rejoint tout à fait l'étude des systèmes vivants.



## CHAPITRE III

### MÉTHODOLOGIE

Je présente dans ce chapitre une description de la concrétisation du pas à pas de la démarche et j'explique le dispositif mis en place pour les rencontres et pour l'analyse des données. Un choix méthodologique important<sup>45</sup> que j'ai fait a été de partager le cadre conceptuel élaboré au chapitre II avec les acteurs de la recherche en leur offrant mes résumés de lecture des auteurs étudiés.

#### **3.1 Partenariat avec le milieu et entente de collaboration**

Le choix de la recherche participative s'est imposé pour moi dès le début de ma démarche et il m'a semblé approprié d'inclure les acteurs du milieu aux premiers temps de la recherche. Dans le cadre du suivi du programme de mentorat de Diffusion Focusing Québec, j'ai pu contacter, entre janvier et mars 2012, 14 personnes engagées dans cette communauté depuis plusieurs années. Elles ont toutes accepté de répondre à quelques questions concernant leur motivation à l'engagement. Ces conversations m'ont été précieuses et, même si je ne les considère pas au sens strict en tant que données de recherche, elles ont contribué à nourrir ma compréhension de manière implicite. C'est ainsi que j'ai aussi présenté mon intention de recherche le 15 janvier 2012 à quatre intervenants et étudiants en Focusing en leur demandant : «Quelle serait la ou les bonnes questions à se poser pour bâtir ensemble quelque chose qui pourrait soutenir notre démarche d'apprenants?» et «Quel serait le mode de fonctionnement approprié pour le genre de rencontres que nous voulons faire ensemble?» Trois entretiens de pré recherche ont par la suite été faits en avril, juin et juillet 2012 avec des personnes représentant le plus possible l'ensemble des communautés (une personne du Mouvement vers l'esprit communautaire, une

---

<sup>45</sup> Plutôt que de tenter de mettre de côté le cadre conceptuel pour faire place à l'émergence de théories «naturelles» comme c'est le cas dans l'approche de la *Grounded Theory* (GT) (Guillemette, 2006), Gendlin (2004) propose plutôt un modèle où la théorie émerge d'un mariage entre les concepts et l'expérience et où il est possible de travailler à partir du sens que nous avons que «quelque chose ne fonctionne pas dans ce qui a déjà été articulé dans notre domaine» [traduction libre] (Gendlin, 2004, p. 2).

personne pratiquant la pleine conscience, les cercles restaurateurs et le Focusing et une personne pratiquant le Focusing et les cercles restaurateurs). Il s'agissait alors de recueillir la vision de ces acteurs clés concernant la démarche globale proposée pour la recherche afin de raffiner la méthodologie. Se posaient alors les interrogations suivantes : Quelles questions devrait-on se poser collectivement pour que les communautés PAIH puissent se développer de façon optimale? Qui d'autre, selon vous, devrait être invité à participer à cette recherche? Les trois premiers répondants ont par la suite accepté de poursuivre leur implication dans la recherche et ont été actifs à toutes les phases de la démarche. À ces premiers répondants sont venus s'ajouter au fil du temps de nouveaux acteurs invités et choisis en fonction de leur intérêt et de leur apport spécifique. Voici les critères que j'ai élaborés au fil des interactions entourant la recherche et qui m'ont permis d'inviter des acteurs à s'avancer pour y participer:

- Ils sont engagés depuis plusieurs années dans leurs communautés respectives.
- Ils ont accepté d'être rencontrés dans le cadre d'au moins un entretien individuel.
- Ils ont manifesté un intérêt pour cette recherche et/ou pour le développement de nouveaux modèles.
- Ils ont manifesté un intérêt à comprendre le sens de leur propre engagement dans une communauté de pratique de l'attention inter humaine (PAIH).
- Ils ont manifesté un intérêt à comprendre les dynamiques relationnelles qui prévalent dans leurs communautés respectives.
- Ils pratiquent eux-mêmes différentes approches ou ont manifesté un intérêt à rencontrer des personnes qui pratiquent d'autres approches et sont engagées dans d'autres communautés.
- Ils ont manifesté un intérêt à comprendre le cadre théorique de cette exploration (lecture de différents textes proposés sur le lien social, la théorie de l'*experiencing*, la théorie des communautés de pratique, etc.)
- Ils étaient disponibles et prêts à s'engager pour un nombre de rencontres pouvant aller jusqu'à quatre rencontres de groupe.

Aucun des acteurs ne répond à tous les critères mais tous les aspects recherchés sont présents chez un nombre significatif de personnes. Le collectif est formé de personnes qui, ayant déjà eu l'occasion de se questionner individuellement sur leur propre démarche, ont envie d'aller plus loin avec d'autres. Il comprend neuf femmes et quatre hommes dont l'âge varie de 46 à 69 ans et dont la scolarité se situe majoritairement au niveau du 2<sup>e</sup> cycle universitaire. Les données enregistrées et transcrites comprennent 13 entretiens individuels et trois rencontres de groupe pour un corpus de données constituant un recueil de 174 pages.

### **3.2 Mon implication en tant que chercheur**

Étant profondément impliquée depuis plusieurs années dans les communautés à l'étude, il n'était pas aisé pour moi de distinguer les contours de la présente recherche. J'ai d'abord établi des balises de temps pour la cueillette des données spécifiques de la recherche et j'en ai défini le cadre spatio-temporel. Dans mon rôle de chercheur je devais aussi exercer à la fois ma capacité de «témoin» et de «sujet participant». Le positionnement du praticien-chercheur dans une recherche intervention participative lui demande, selon Ragland (2006), une réflexion préalable à son engagement avec d'autres membres de sa ou ses communautés d'appartenance. Ragland (2006) parle en fait de porter un regard qu'elle qualifie de «critique subjectif» en changeant de posture sans perdre son ancrage dans le terrain. Selon cette vision, il est préférable de présenter la recherche à la «première personne» afin de bien identifier qu'il s'agit d'un savoir provenant d'un point de vue et d'une réflexion sur l'être au monde. Dans une recherche intervention participative, cette posture à la «première personne» donne une voix à l'expérience du praticien-chercheur ainsi qu'à celle des autres acteurs de la recherche par leur réflexion commune. Voici de manière plus précise les tâches que je me suis données et qui correspondent aux buts et objectifs de la recherche tels qu'indiqués au point 1.4.1:

- 1) Mettre en œuvre le phénomène de l'*epochè* de manière individuelle et collective par des entretiens individuels et des rencontres de groupe donnant accès à l'*experiencing*.

- 2) Proposer des rencontres de style non directif inspirées entre autres de l'approche de Peck (1993, 1994) afin que les acteurs de la recherche puissent exprimer librement la manière dont ils vivent leur expérience de participation dans une communauté PAIH.
- 3) Proposer sous forme d'un cahier de textes choisis, un cadre théorique à ceux qui sentent le besoin d'une compréhension plus conceptuelle du phénomène d'émergence et de vie des communautés.
- 4) Documenter chaque étape de la recherche et permettre aux acteurs de porter un regard réflexif sur leur démarche et d'accéder éventuellement à l'ordre réversible. À cette fin, remettre périodiquement aux participants la transcription des entretiens et des cercles, les résumés synthèses et les grilles d'analyse.
- 5) Accompagner la réflexion commune en produisant des résultats partiels pouvant faire l'objet de critiques et commentaires jusqu'à la rédaction finale du mémoire et même au-delà puisque le groupe de recherche peut déboucher sur la création d'un collectif permanent.
- 6) Élaborer un système d'analyse qualitative permettant de proposer une démarche d'intercompréhension et de faire des choix pour en approfondir certains aspects. Mettre en œuvre cette démarche d'intercompréhension du phénomène d'émergence et de vie des communautés PAIH en proposant des rencontres expérientielles à la phase d'analyse des données.
- 7) Favoriser la convergence des approches et la mise en place de structures permettant la continuité des échanges sur les thèmes qui émergent de la démarche.

### **3.3 Éthique de la recherche**

Assez tôt dans la recherche la question de l'éthique s'est posée. Dans le certificat éthique, émis le 26 juin 2012 (voir annexe 4), il est fait mention d'une participation consistant en un premier entretien d'une durée d'environ une heure et comprenant des thèmes en lien avec le parcours personnel des acteurs dans l'une ou l'autre des communautés de pratique à l'étude. Il est aussi précisé que cet entretien sera suivi d'une invitation à participer à des rencontres de groupe, chaque rencontre faisant l'objet d'un consentement spécifique. Mettre en œuvre et préserver le cadre éthique est une dimension cruciale de la recherche intervention participative à laquelle j'ai dû réfléchir. Selon Mukamurera, Lacourse et Couturier (2006, p. 132) « La participation des sujets comme co-producteurs [sic] de savoirs change potentiellement la nature du consentement éclairé à la recherche ». Tel que ces auteurs le mentionnent, il est

contreproductif, dans une recherche participative, de baliser à priori toutes les actions de la recherche car il est impossible d'anticiper tout ce qui va se passer. Gardant toujours cette préoccupation en tête, je suis revenue auprès des participants afin de valider ce qui pouvait être diffusé. Je me suis donné aussi une ligne de conduite en évitant de diffuser quelque partie que ce soit des entretiens sans effectuer d'abord un retour auprès des personnes directement concernées. Ainsi, le cahier contenant la transcription des entretiens individuels, les cahiers contenant les données codifiées ainsi que les enregistrements audio des entretiens et des cercles ne sont pas devenus des données publiques ni même des données partagées. L'ensemble des informations contenues dans ces documents, étant conservé sur une clef USB sécurisée, ne reste disponible qu'à moi-même et aux membres du jury de la recherche. Le cadre de travail de la recherche intervention participative requiert en ce sens plusieurs échanges privés et personnels, concernant la diffusion des résultats, ayant lieu par courriel et par téléphone avec chacun des acteurs à différents moments.

### **3.4 Justification des techniques utilisées**

Il faut considérer ici une intention claire de proposer une méthodologie phénoménologique qui traverse le projet du début à la fin dans un cadre de recherche intervention participative. Cette méthodologie imprègne à la fois la posture du chercheur et celle des acteurs ainsi que leur habileté commune à favoriser l'émergence d'une théorie par leur aptitude à se mettre à l'écoute des données et des situations. Afin de peaufiner ma propre stratégie, je me suis intéressée à différents types de recherche proposant une étude des phénomènes. J'ai exploré, entre autres, les processus permettant l'accès à l'intériorité du chercheur, à celle des acteurs et à leur intersubjectivité afin qu'il soit possible de «construire du sens ensemble».

#### **3.4.1 La recherche intervention participative**

La recherche intervention ou recherche-action telle que son fondateur Lewin en a lui-même dégagé les fondements, a pour but le changement et la transformation. Elle repose sur les trois hypothèses méthodologiques suivantes (Hess, 1981) :

- Le changement est plus facile lorsqu'il a lieu dans une situation de groupe car il y a alors «sensibilité de chacun à l'opinion et aux attitudes des autres».
- Les attitudes individuelles sont médiatisées par des perceptions et des représentations culturelles auxquelles les individus se réfèrent.
- Le changement intervient en réduisant les forces qui s'y opposent (les résistances).

Dans le développement de son modèle holistique basé à l'origine sur les concepts de recherche-action de Lewin, Liu (2006) mentionne une participation des acteurs à toutes les phases de la recherche, de la définition du projet jusqu'à l'analyse des résultats. Il précise cependant que le dialogue et la participation conjointe se font dans des proportions variables. Ce type de recherche, qui agit sur le changement social, permet de développer des stratégies d'intervention conjointes. Les acteurs qui s'y engagent peuvent parfois stabiliser à long terme une équipe qui en assurera la pérennité. Cette façon de vivre la recherche permet de la situer en accord avec les priorités du milieu, d'en diffuser les résultats et de poursuivre la réflexion. Le courant de la recherche-action initié par Lewin (1959) a évolué et comprend maintenant un ensemble de concepts ainsi que des appellations diversifiées. Il s'agit d'une manière innovante de faire de la recherche (Liu, 2006; Barbier, 2006; Hess, 1981) et surtout du développement d'une nouvelle épistémologie impliquant une posture radicalement différente pour le chercheur car, selon Hess (1981, p. 3) «elle rompt avec l'idée d'une recherche considérée comme un travail effectué par un chercheur sur un objet extérieur à lui». Dans la recherche intervention, il est possible que la problématique même soit identifiée avec le concours des acteurs (Anadon, 2007; Ardoino, 1989; Barbier, 2006; Coenen, 2007). Cette collaboration entre le chercheur et les acteurs se fait dès les premiers pas et s'accroît à chaque étape de leur apprentissage réciproque. Crézé *et al.* (2006, p. 10) distinguent trois formes de recherche-action : (1) La recherche-action professionnelle est faite par des professionnels dans leur propre milieu en composant un groupe à partir d'acteurs impliqués dans le milieu où le phénomène est étudié. Elle se serait surtout développée aux États-Unis dans les

années 90, prenant la forme de la «recherche participative». (2) La recherche-action psychosociologique découle des études sur la dynamique des groupes. Elle a été pratiquée en France par les tenants de l'analyse institutionnelle et elle a donné naissance aux groupes de diagnostic. (3) La recherche-action en milieux organisés prend source au Tavistock Institute et se caractérise par un objet d'étude centré sur des problématiques liées à la dynamique de l'organisation. Les termes «recherche-action» et «recherche intervention» sont souvent considérés comme étant équivalents. Le terme retenu à l'UQAM est celui de «recherche intervention», mais la littérature à laquelle je me suis référée opte souvent pour la terminologie de recherche-action qui en est à l'origine. Selon la description de Crézé *et al.* (2006), ma démarche s'identifie à la première forme dite «participative», cependant, je crois que par sa méthodologie, elle emprunte à la deuxième forme (dynamique des groupes) et, par son objet (communautés PAIH), elle touche aussi la troisième forme. Je retiens de cette approche le rôle des acteurs en tant que co-chercheurs, la force du processus de groupe et la possibilité d'une transformation individuelle et collective. Dans une adaptation de la méthode à une approche phénoménologique des groupes<sup>46</sup>, je propose de créer des situations où la transformation (le *shift* caractéristique du processus de Focusing) pourra se produire par le biais d'un processus de groupe.

### 3.4.2 Deux méthodologies d'approche phénoménologique

Dans une récente méthode phénoménologique pour la recherche qualitative, la chercheuse Tokumaru (2011) utilise la pratique de la pensée au seuil d'émergence (Gendlin, 2004) pour accéder à l'*experiencing* du chercheur<sup>47</sup> et (1) Ressentir d'abord

---

<sup>46</sup> La démarche du chercheur consiste aussi pour Liu (2006) à retenir les modes opératoires, les techniques et les méthodes en fonction de la finalité poursuivie et de la situation particulière où il se trouve. Ainsi, s'il existe une méthode ou un mode opératoire adapté à la poursuite des finalités de l'étude, il l'adopte et, s'il n'en existe pas, il invente alors le chemin et les outils qui lui sont nécessaires. Cette invention constitue selon Liu (2006) une HEURISTIQUE LOCALE. L'utilisation du Focusing et de la pensée au seuil d'Émergence dans un contexte de groupe constitue ainsi ce genre d'adaptation et de nouveau chemin dont il faut baliser l'utilisation. C'est ce que je tente de faire aux points 3.4.2, 3.4.3, 3.4.4 et 3.4.5.

<sup>47</sup> Tel que déjà mentionné, l'*experiencing* est la capacité que possède un individu de faire l'expérience de lui-même. La théorie de l'*experiencing*, publiée par Gendlin en 1962 est la base théorique du modèle de la PSE (Gendlin, 2004). Dans l'approche de Tokumaru (2011), c'est le chercheur qui accède à son *experiencing* afin de ressentir les données constituées pour la recherche. Il s'agit donc essentiellement d'une méthode d'analyse.

les données en une masse souple (étapes 1 à 5 de la PSE), (2) Créer des unités de sens à partir desquelles vont émerger des modèles (étapes 6 à 9 de la PSE), (3) Élaborer une théorie constituant un système explicatif (étapes 10 à 14 de la PSE). Dans le modèle d'intervention proposé par Anderson (2006), qui a construit son modèle à partir entre autres d'apports de Gendlin (1978, 1991, 1992, 1997), la stratégie de recherche concerne aussi, comme dans le modèle de Tokumaru (2011), l'expérience ressentie du chercheur en tant que source d'inspiration et d'intuition. Anderson (2006) parle d'un processus de transformation qui touchera le chercheur et lui permettra de raffiner et questionner sa compréhension du sujet. De ces deux modèles, je retiens la posture phénoménologique du chercheur. D'Anderson (2006), je retiens aussi la notion de «panel de résonance», outil de validation de la recherche permettant de présenter la démarche et ses résultats aux acteurs des communautés élargies afin de recueillir leurs impressions en termes de consonance, dissonance ou neutralité. L'approche de Tokumaru (2011) offre le privilège d'une introduction à la méthode de la PSE (Gendlin, 2004). Je propose une stratégie d'accès à l'intériorité (posture phénoménologique) autant pour le chercheur que pour les acteurs de la présente recherche en favorisant l'accès à l'*experiencing* dans les entretiens individuels et dans les processus de groupe.

#### 3.4.3 L'écoute sensible par l'*experiencing* dans l'entretien individuel

Je me suis particulièrement intéressée à l'entretien individuel en tant que source de production de sens. Voyant que certains chercheurs commencent à proposer des pistes allant au-delà de l'entretien rogérien classique, j'ai exploré les processus de : (1) L'écoute en Focusing/PSE (Gendlin, 2004, 2006), (2) L'entretien d'explicitation (Vermersch, 2010), (3) L'entretien dialogué (Scharmer, 2009). Dans l'écoute en Focusing, la personne, en se disant à l'autre, se dit aussi à elle-même, produisant ainsi un mouvement intérieur. Le processus de Focusing (Gendlin, 2006), qui, tel que déjà mentionné, est une forme particulière de réduction phénoménologique<sup>48</sup>, a été

---

<sup>48</sup> Voir la section 1.4 de la présente recherche : dégagement des axes de l'intervention.



formalisé en un modèle qui consiste à : (1) créer en soi un espace d'écoute, (2) choisir une situation qui demande notre attention, (3) en laisser émerger un sens corporellement ressenti, (4) laisser cette forme se transformer par itérations successives, (5) accompagner le mouvement intérieur et (6) donner vie au changement, le reconnaître et l'apprécier. Bien que se rapprochant de l'écoute de type rogérianne, l'écoute en Focusing s'en distingue clairement par sa visée d'accès à l'*experiencing*. De plus, en y ajoutant des «propositions expérientielles» issues des étapes de la PSE, il pourrait y avoir ouverture d'une brèche dans le territoire de la connaissance implicite. Gendlin (2004) suggère, pour faire les premiers pas dans la PSE, de demander à la personne qui nous parle d'un sujet sensible pour elle : Qu'est-ce que ça veut dire pour toi? Lorsque tu dis «...» qu'est-ce que tu voudrais que je comprenne à partir de ça? Dans l'espace «...» nous plaçons les mots de la personne. Cette façon de faire, très subtile, s'insère dans tout type de conversation. Les approches du Focusing/PSE (Gendlin, 2004), de l'entretien d'explicitation (Vermersch, 2010) et de l'entretien dialogué (Scharmer, 2009) ont toutes trois une visée d'intériorité de type *epochè*. L'entretien d'explicitation a pour but, selon Berger (2006), Montandon (2006), et Vermersch (2010), de «saisir la qualité du vécu expérientiel», «mettre en mots des savoirs implicites», «passer d'un vécu pré-réfléchi à une conscience réfléchi», «formaliser et communiquer une expérience» et parler à partir d'une «position de parole incarnée». Vermersch (2010, p. 23) rappelle que: « En pédagogie comme en psychologie, les techniques d'entretien ont été influencées essentiellement par l'entretien non directif développé à partir des travaux de Carl Rogers.» Il précise qu'un tronc commun existe entre toutes les approches. L'entretien d'explicitation doit toutefois «faire référence à une tâche ou une situation réelle et spécifiée» (p. 34) et ce point, d'une importance capitale<sup>49</sup>, trouve écho dans la PSE. D'autre part, le champ conversationnel d'émergence décrit par Scharmer (2009),

---

<sup>49</sup> Il s'agit de spécifier un lieu et un temps où un évènement réel s'est effectivement produit car cet évènement est porteur de savoirs implicites ou préconceptualisés et c'est à partir de ces moments clés que va s'élaborer la conceptualisation de l'expérience autant dans l'approche de Vermersch (2010) que dans celle de Gendlin (2004).

distingue quatre niveaux d'écoute dont le niveau trois peut s'apparenter à l'écoute de type rogérien tandis que l'écoute de niveau quatre, où l'on parle d'émergence, d'innovation et de transformation, se rapproche de celle que l'on pratique en Focusing/PSE. L'entretien dialogué s'effectue, selon Scharmer (2009), en mouvements successifs permettant de passer d'une écoute de type réactionnel (niveau 1 et 2)<sup>50</sup> recueillant des données factuelles à une écoute de type générative (3 ou 4)<sup>51</sup> s'adressant à la racine des questions et des problématiques.

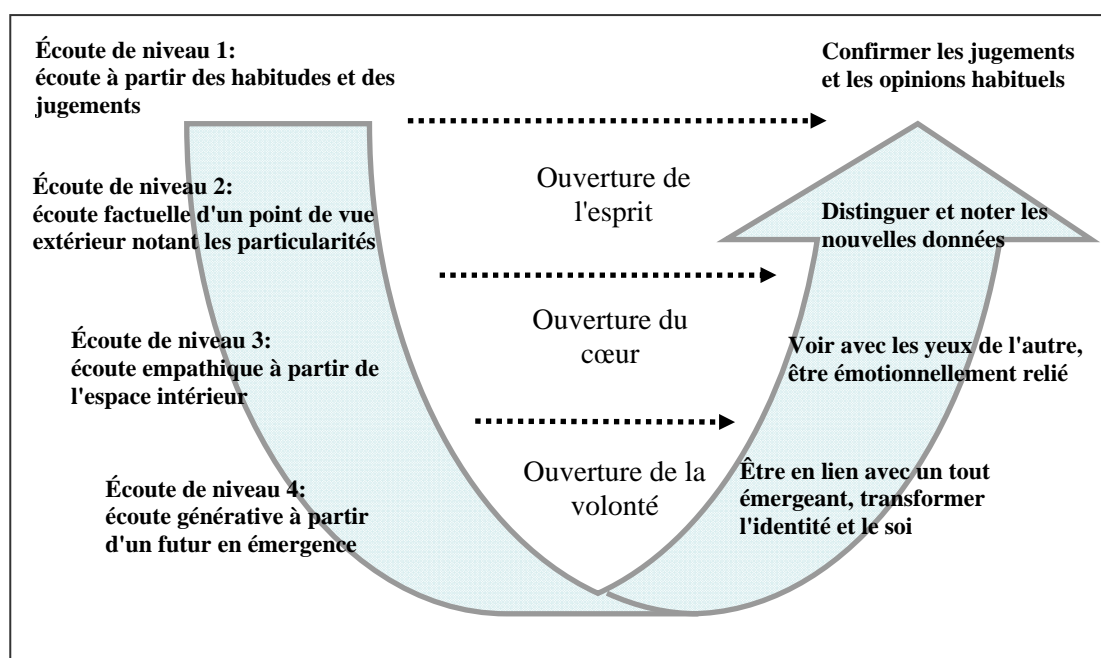


Figure 3.1 L'écoute sensible selon Scharmer (2009)

Chacun de ces mouvements ouvre à une dimension de l'expérience de soi et de sa mission : ouverture de l'esprit (ce qui est perçu par les sens), ouverture du cœur (ce qui est perçu de l'autre) et ouverture de la volonté (ce qui est perçu de la source de

<sup>50</sup> Selon Scharmer (2009), l'écoute factuelle est à la base de l'esprit scientifique. Elle permet de recueillir les faits et les données pertinentes à la situation.

<sup>51</sup> L'écoute générative ouvre à un nouveau territoire relationnel. Ce mode d'écoute nous relie, au-delà du champ habituel, à une sphère d'émergence plus profonde. Il permet d'être relié par l'intention à ce que Scharmer (2009) nomme le «futur émergent». Chaque type d'écoute prend son origine d'une source différente d'attention et d'intention et «toute action provenant d'une personne, d'un leader, d'un groupe, d'une organisation ou d'une communauté peut être faite à partir de l'une ou l'autre de ces sources» [Traduction libre] (Scharmer, 2009, p. 11).

l'être). Le type d'écoute proposé par Senge *et al.* (2004) et Scharmer (2009) est basé sur la «présence»<sup>52</sup>, état de conscience où l'écouter se met en phase avec la personne qu'il écoute. L'écoute sensible est une question d'attitude plutôt que de méthode (Scharmer, 2009; Gendlin, 2004, 2006). Après une courte ouverture rappelant les buts de la recherche, j'écoute le récit de la personne et demande parfois de préciser s'il y a souvenir d'un moment particulier dont le ressenti serait accessible.

#### 3.4.4 L'approche de la pensée au seuil d'émergence (PSE)

L'approche de la PSE comporte 14 étapes se déployant en trois phases<sup>53</sup> et qui permettent de rassembler différentes facettes, que Gendlin (2004) nomme *Instances of Itself* ou IOFI, d'un phénomène que l'on souhaite étudier. Dans la présente recherche, les facettes sont constituées des expériences de vie des participants. Selon Gendlin (2004), notre corps ressent et vit en interaction dans des situations tout en utilisant ses fonctions cognitives. Ainsi, toute application de concept dans une situation donnée entraîne une sorte de «feedback expérientiel» qui pourra servir de tremplin pour une prochaine étape de notre pensée<sup>54</sup>. Il y a ainsi une sorte de «zig zag» qui permet de modifier les concepts à partir de l'expérience plutôt que d'y rester confiné. Ces allers retours entre la théorie et la pratique sont à la base même du processus de la PSE dont les trois phases sont : (1) Parler à partir du sens corporel (étapes 1 à 5 du processus), (2) Modéliser (étapes 6 à 9 du processus), (3) Construire la théorie (étapes 10 à 14 du processus). Dans cette démarche de la PSE, Gendlin (2004) nous propose d'accéder d'abord au sens expérientiel d'une problématique ou d'un phénomène<sup>55</sup>. Il est possible d'expliquer ensuite ce sens, ressenti corporellement, en le modélisant. La modélisation est la phase qui a été

<sup>52</sup> Le concept de la présence tel que véhiculé par ces auteurs s'inspire en fait des écrits de Bohm (1996), Buber (2000), Isaac (1999), Varela (1999) et autres et réfère directement au processus de l'*epochè*.

<sup>53</sup> On retrouve à l'annexe 1 la description complète des 14 étapes.

<sup>54</sup> C'est le concept de ce que Gendlin nomme «l'ordre réversif» et qu'il distingue clairement de «l'ordre réflexif». Dans cet ordre réversif, c'est la vie qui nous enseigne et c'est en étant à l'écoute de ce que la vie nous enseigne que nous pouvons favoriser le mouvement d'émergence.

<sup>55</sup> Cette phase, qui correspond aux étapes 1 à 5, a été faite de manière informelle dans cette recherche par l'accès au sens corporel dans les entretiens individuels et dans les rencontres de groupe.

explorée de manière plus spécifique lors de l'analyse par une utilisation systématique des étapes 6 et 7 telles que proposées par Gendlin (2004)<sup>56</sup>. Je n'ai pas utilisé la phase de construction de théorie (étapes 10 à 14 de la PSE) pour cette recherche parce qu'il n'y avait pas d'objectif énoncé en ce sens par le collectif<sup>57</sup>. Le résultat auquel est parvenu le collectif formé pour la recherche est celui d'un modèle émergent précurseur d'une éventuelle construction de théorie et que j'ai élaboré à partir d'une utilisation systématique des étapes 6 et 7 de la PSE. Le tableau suivant illustre la manière dont ces étapes permettent de mieux comprendre un phénomène.

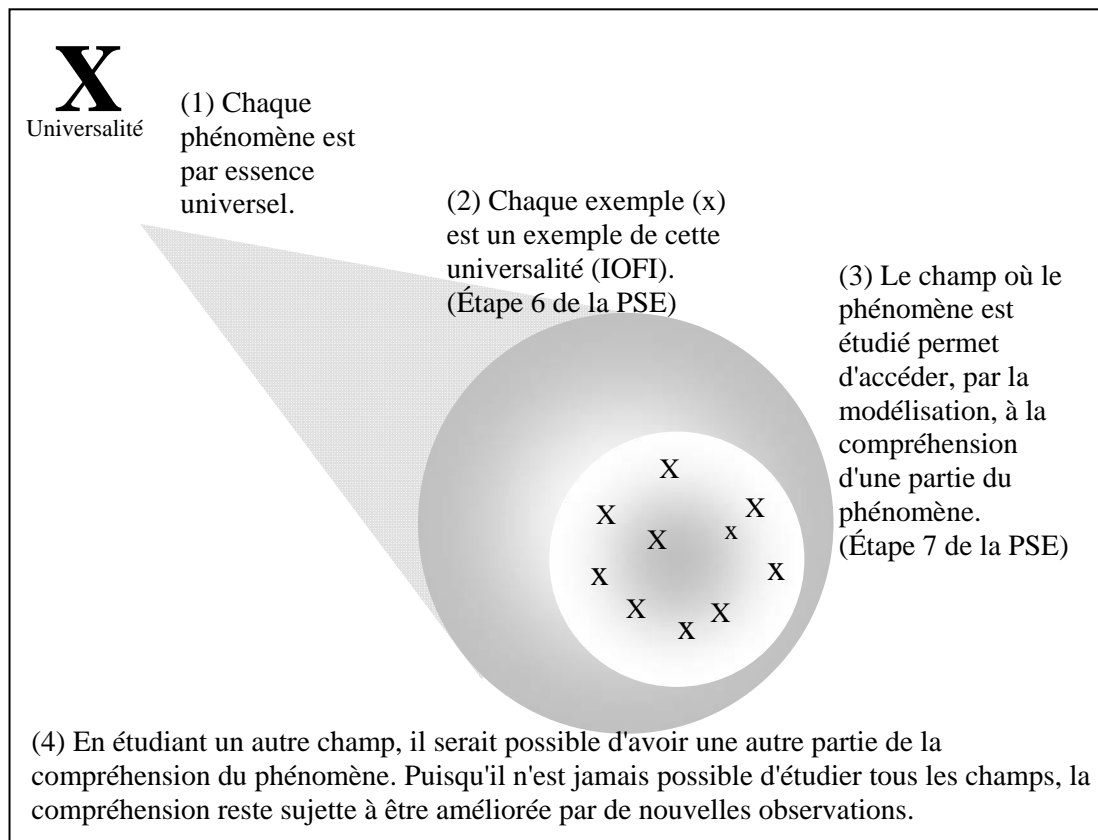


Figure 3.2 Étapes 6 et 7 du processus de la pensée au seuil d'émergence (PSE)

<sup>56</sup> Faite à partir de moments de vie des acteurs de la recherche, cette utilisation des étapes 6 et 7 est présentée au point 3.4.6 où je répertorie les outils spécifiques à l'analyse des données.

<sup>57</sup> La construction de théorie selon le modèle de Gendlin (2004) est une démarche qui dépasse largement le cadre d'une recherche de deuxième cycle car elle requiert un volume considérable d'information préalable sur le sujet et un grand volume de données. La recherche intervention n'a pas pour but de construire une théorie.

Selon Gendlin (2004), l'expérience démontre que le sens particulier auquel nous accédons par le Focusing/PSE est très finement déterminé et qu'il est tout à fait opposé à l'arbitraire. Il est complexe, se révèle par strates successives et n'est jamais complètement symbolisé. Il précise aussi, dans la théorie de l'*experiencing* qui sous-tend la pratique de la PSE, que le sens corporel pointe toujours vers une sorte de vérité, nommée «Universalité<sup>58</sup>», qui n'a pas besoin d'être fixée pour rester ce qu'elle est (Gendlin, 1997, p. xviii). Mon intention d'utiliser systématiquement les étapes 6 et 7 du processus de la PSE a guidé la formulation des relances dans les entretiens individuels où je demandais aux acteurs en cours d'entretien de me parler des moments les plus importants de leur démarche et de me raconter les événements significatifs dont ils se souvenaient en les situant dans un temps et un lieu.

#### 3.4.5 Accès à l'*experiencing* par le processus de groupe

La culture du cercle est une pratique courante dans plusieurs des communautés à l'étude. En ce qui concerne les cercles d'exploration spécifiques au projet de recherche, j'ai proposé au départ l'utilisation d'une méthodologie d'accès à l'*experiencing* qui continue de s'élaborer. Cette méthodologie, inspirée du processus de Focusing (Gendlin, 2006), du dialogue de Bohm (1996) et du processus d'émergence de la communauté de Peck (1993, 1994)<sup>59</sup> a été soutenue par ma propre compréhension de la dynamique des groupes selon les axes psychanalytiques (Anzieu, 1999; Bion, 1938), humanistes (Maslow, 1998; Rogers, 1973; Pagès, 1984) et interactionnistes (Lewin, 1959). Elle a pour but de favoriser le processus d'intériorisation qui permet à chacun d'être avec lui-même tout en étant avec les autres. Ce modèle en création, que j'ai intitulé : Rencontres au Seuil d'Émergence

---

<sup>58</sup> Le concept de l'Universalité vient de G. H. Mead (1963). Dans son introduction à l'œuvre de Mead, Barrier (1963) aborde la notion d'«autrui généralisé» qui se construirait selon Mead par un processus d'intériorisation de la réaction d'autrui. Il ajoute que cet autrui généralisé est le groupe, la communauté ou la nation selon la perspective dans laquelle la personne se place. Ainsi, dans une équipe sportive, l'autrui généralisé serait l'équipe.

<sup>59</sup> Le processus d'émergence de la communauté de Scott Peck a pour but de créer une connexion entre les gens. Peck (1993, 1994) distingue quatre phases : (1) Pseudo communauté, (2) Chaos, (3) Vide (4) Communauté. Peck s'est inspiré entre autres de Bion (1965) et Buber (1938).

(RSE), reste susceptible d'être perfectionné par la pratique<sup>60</sup>. Ce modèle inclut des temps de silence permettant à chacun : (1) D'être en contact avec ce qui se passe en lui, (2) De vraiment prendre le temps d'entendre ce qui vient de l'autre. Pour Peck (1993), inspiré de Buber (1938), le mot «vide» signifie entre autres de se taire pendant suffisamment longtemps pour être capable d'assimiler ce que l'autre vient tout juste de dire. Et selon Gendlin (1972, 1986), pour avoir accès au moment présent nous devons être présents à ce que nous ressentons réellement au-delà de nos réactions familières et répétitives. Les Rencontres au Seuil d'Émergence (RSE) ont pour but d'avancer ensemble en faisant le lien entre penser et sentir.

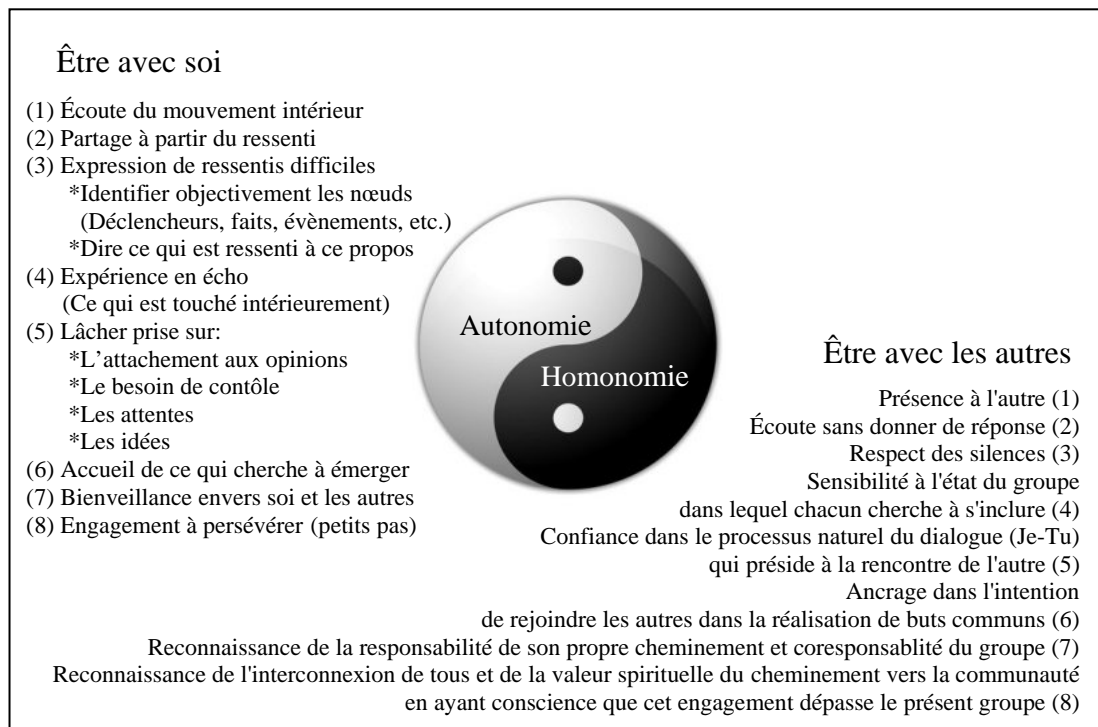


Figure 3.3 Modèle des Rencontres au Seuil d'Émergence (RSE)

Le modèle RSE a été la base des rencontres du collectif formé pour la présente recherche. Bien qu'il soit inspiré du processus de développement de l'esprit communautaire tel que pratiqué dans les ateliers du Mouvement vers l'esprit

<sup>60</sup> À la fin de chaque rencontre je demande aux participants s'ils ont des suggestions d'amélioration au modèle RSE tel qu'utilisé créant ainsi une ouverture à la réflexivité sur la pratique de type praxéologique.

communautaire (MEC) et dans ceux de la *Fondation for community encouragement* (FCE)<sup>61</sup>, je distingue clairement dans ce modèle le mouvement intérieur de la personne de celui de sa connexion aux autres personnes du groupe. J'illustre, par le signe du Tao où deux forces s'interpénètrent, la complémentarité de ces deux forces que sont l'autonomie (être avec soi) et l'homonomie (être avec les autres) telles que conceptualisées dans le modèle holistique d'Angyal (1965). Le mouvement intérieur de la personne requiert l'accès à l'*experiencing* par le processus de Focusing/PSE permettant à chacun de contribuer à la création d'un sens commun par la particularité de son point de vue (Gendlin, 2004). Il y a, dans le modèle RSE, une notion de tâche à réaliser qui dépasse la tâche usuelle de la construction de communauté telle que préconisée dans l'atelier classique de développement de l'esprit communautaire. Disons que la construction de communauté est ici l'étape préliminaire qui permettra au groupe d'accéder par la suite à l'émergence d'une pensée collective qui a besoin, pour naître, des apports spécifiques que chaque individu trouve en lui (Gendlin, 2004; Noubel, 2004; Peck, 1993, 1994). Le mouvement d'émergence de la compréhension du phénomène se poursuit à chaque rencontre et s'alimente par la transcription et la lecture des contenus accessibles à tous entre chaque rencontre. Un autre aspect important de ce modèle est la non-directivité qui permet l'émergence de quelque chose de neuf. Il est possible de rattacher cette non-directivité à celle qui fut introduite par Rogers (1973, 1976) dans l'approche de la psychologie humaniste et qu'il a lui-même intégrée par la suite à son travail avec les groupes. Selon Sanford (1998), cette non-directivité réfère directement à la théorie des systèmes vivants. Maslow (1998), parlant de son expérience personnelle des groupes non directifs et des avantages qu'il trouve dans ce type de pratiques, affirme qu'en suspendant les règles qui gouvernent habituellement la vie en société par le recours aux pratiques non directives, il est aussi possible d'accéder aux déterminants psychiques et

---

<sup>61</sup> MEC : [www.mec-quebec.org](http://www.mec-quebec.org) et FCE : [www.fce-community.org](http://www.fce-community.org) (fondé par Scott Peck en 1984). Pour les indications utilisées dans les ateliers du MEC, voir: [http://www.mec-quebec.org/ADEC/Feuillet\\_preparatoire\\_a\\_l-ADEC\\_2010.pdf](http://www.mec-quebec.org/ADEC/Feuillet_preparatoire_a_l-ADEC_2010.pdf) (sites consultés le 16 mai 2013).

intrapyschiques. La compréhension de soi se fait alors par : (1) L'accès à l'expérience intérieure, (2) Le reflet de nous-mêmes que nous renvoient les autres, (3) Une expérience directe de l'ici et maintenant. Chacun parvient ainsi peu à peu à appréhender son monde intérieur, à prendre conscience de ses forces, à s'auto-actualiser d'une manière plus cohérente et à mieux percevoir aussi ce que les autres tentent d'exprimer au-delà des mots et des silences. Pour Maslow (1998), il y aurait avantage à ce que la pratique des groupes non directifs soit plus répandue car le monde a un grand besoin de ce type de communication non structuré d'où peuvent émerger la poésie, les mythes, les métaphores et le langage archaïque au sens où Jung l'entend. Maslow (1998) dira que ces groupes offrent un espace où les subtilités du monde intérieur peuvent se manifester et qu'ils sont un terrain fertile pour la croissance des individus. Tout en soulignant l'aspect auto-actualisant des groupes pour les individus, Maslow (1998) affirme aussi que ce qui émane des pratiques non directives pourrait permettre une nouvelle sorte de conceptualisation sur la vie car :

Plusieurs concepts y sont démantelés et restructurés de manière à inclure à la fois le monde des choses et des objets et le monde psychique des sensibilités, des peurs, des attentes et des espoirs. De nouvelles sortes de théories et d'attitudes pourront alors se construire à partir de ces pratiques [traduction libre] (Maslow, 2008, p. 205).

Sans élaborer une théorie complète, le cheminement du collectif formé pour la présente recherche a toutefois permis de construire le modèle émergent présenté au chapitre IV. Une certaine forme de croisement s'effectue ainsi de manière informelle par les échanges de points de vue qui se font dans le groupe. Les entretiens individuels et les rencontres de groupe, une fois transcrits, ont constitué le corpus des données d'analyse, un volume de 174 pages intitulé : Recueil des données.

#### 3.4.6 Les outils d'analyse

Afin de procéder à l'analyse du grand volume de données recueillies lors des entretiens individuels et des rencontres de groupe, j'ai utilisé trois outils, soit: (1) L'analyse thématique, (2) La modélisation par la PSE et (3) Les histoires de vie.



L'analyse thématique consiste à identifier les thèmes dont il est question dans un corpus de données et à les organiser selon une certaine logique (Paillé et Muchielli, 2003; Miles et Huberman, 2003; Mukamurera, Lacourse et Couturier, 2006). L'analyse s'effectue en codifiant d'abord les données, et en élaborant ensuite un système qui permet la création d'une arborescence les organisant en différents thèmes selon la logique émergente. Il s'agit en fait de créer du sens à partir de l'ensemble des données recueillies. Pour Mukamurera, Lacourse et Couturier (2006, p. 116) « [l]e trait d'union entre la création de sens, l'intercompréhension, l'intersubjectivité et le processus itératif de la logique inductive, c'est la transparence ». Cette transparence consiste à expliquer ce que l'on fait. Avec l'analyse thématique il est possible de créer un modèle explicatif et de l'utiliser ensuite pour comprendre d'autres situations. J'ai effectué l'opération de codage de manière à la fois inductive et à partir de la connaissance préalable que j'avais du processus de la pensée au seuil d'émergence (PSE)<sup>62</sup>. Je présente à l'annexe 2 la démarche d'analyse thématique et l'arborescence qui en découle. À partir de cette opération de codage des données, j'ai utilisé de manière systématique les étapes 6 et 7 de la PSE (Gendlin, 2004), soit:

Étape 6 : Rassembler différentes facettes (IOFI) : Selon Gendlin (2004, p. 15) «Chaque exemple est plus important (d'un niveau plus élevé) qu'une généralisation parce qu'il porte une spécificité interne. Dans chaque événement réel de la vie, vous pouvez éventuellement découvrir quelques structures complexes qui y sont inhérentes.»<sup>63</sup>

Étape 7 : Permettre à chaque facette (IOFI) de contribuer aux détails de la structure : il nous est demandé de trouver dans chaque expérience relatée une relation susceptible de nous conduire vers une nouvelle élaboration. C'est ce que Gendlin (2004, p. 16) nomme le «modèle spécifique» et il précise que ce modèle une fois extrait et formulé en termes généraux peut s'appliquer à plusieurs situations.

---

<sup>62</sup> Les données de la recherche ont été codifiées de manière à en extraire les moments de vie. Les moments de vie sont représentés par les petits «x» sur le diagramme de la figure 3.2. Chaque petit «x» est une facette de l'expérience vécue par un acteur de la recherche dans une communauté PAIH. L'expression utilisée par Gendlin pour parler des facettes de l'expérience est : IOFI (Instance Of Itself) mais j'ai choisi de les appeler «moments de vie» car cette expression me semble plus concrète. J'explicite à l'annexe 2 la méthodologie qui a été utilisée pour codifier les données et je présente un exemple de codification.

<sup>63</sup> Une facette peut être n'importe quel événement porteur de sens pour une personne. C'est ce que j'ai nommé comme étant un «moment de vie».

C'est à partir du codage et de l'identification des moments de vie des acteurs dans les communautés de pratique que j'ai pu ensuite effectuer une opération de transcription de ces données cibles sous la forme d'une «histoire coraconcée»<sup>64</sup> s'inspirant des méthodes de récits polyphoniques particulièrement adaptés à la quête de sens des acteurs sociaux (Brun, 2003; Burrick, 2010; de Gaujelac et Legrand, 2008; Mercier, Rhéaume *et al.*, 2007; Rhéaume, 2009).

#### 3.4.7 Les outils de validation

Une étape importante de la recherche consiste à s'assurer que les résultats sont corroborés d'une manière où d'une autre. Parmi les outils de validation des données disponibles dans le vaste champ de la recherche qualitative, je me suis intéressée plus particulièrement à ceux qui permettent une interaction entre le chercheur et le terrain ainsi qu'une interaction entre les acteurs permettant un croisement et une compréhension commune. Selon Burrick (2010, p. 20), «Le croisement des données et le processus de structuration permettent dès lors d'éviter l'écueil subjectif et de tendre vers l'objectivité.» Ainsi, la création du récit polyphonique à partir d'une modélisation des moments clés est une première étape d'objectivation impliquant les acteurs. La mise en commun de l'histoire permet une compréhension partagée du phénomène à l'étude. Ce retour aux acteurs, aussi nommé validité écologique (Mukamurera, Lacourse et Couturier, 2006), repose sur la reconnaissance que «les personnes interviewées ou observées constituent une des sources les plus logiques de corroboration» (Huberman et Miles, 1991, p. 442). À cette corroboration par les acteurs j'ajoute celle du panel de résonance (Anderson, 2006) où les résultats sont présentés aux acteurs des communautés élargies afin de recueillir leurs impressions dans un cercle de partage. Une dernière source de validation a été pour moi la validation intersubjective en binôme entre chercheurs (Depraz, Varela et Vermersch, 2011) car j'ai eu, tout au long de la recherche, de très nombreux échanges avec une

---

<sup>64</sup> L'expression «histoire coraconcée» a été suggérée par une participante du collectif constitué pour la présente recherche.

collègue de l'Université du Québec à Montréal (UQAM) s'intéressant aux processus d'*epochè* et à ceux du dialogue et de l'émergence du collectif.

### **3.5 Présentation du journal de bord**

Le journal de bord est un élément clé de la recherche intervention. Il s'agit du pas à pas de la recherche illustrant le mouvement de compréhension qui se dessine au fil du temps. Il est parfois très bref et constitué de repères temporels et évènementiels. À d'autres moments il y a arrêt en un point constituant un moment clé de l'expérience. Le contexte d'émergence de la compréhension du processus devient ainsi perceptible. Le journal réel, que j'ai rédigé entre le 7 septembre 2011 et le 6 juin 2013, contient un volume important de réflexions de toutes sortes et pourrait à lui seul constituer un essai sur la question de recherche. Afin de respecter la contrainte des 60 pages autorisées dans la rédaction du journal de bord, j'ai choisi de présenter au jury les étapes de mes questionnements qui me semblaient être les plus importantes. Ces choix comprennent des artefacts (questionnaires, instruments d'intervention, schémas) ainsi que des impressions et réflexions pouvant prendre parfois une tonalité émotionnelle. Afin de bien capter le climat, j'y ai parfois intégré des photos et des documents numérisés. Le journal de bord, étant de nature personnelle, n'est toutefois pas publié en même temps que la recherche, mais il est accessible aux acteurs qui y ont contribué.

### **3.6 Déroulement de la recherche**

L'échéancier de réalisation qui avait été proposé dans le projet de recherche a été respecté en ce qui concerne les rencontres de groupe et les entretiens individuels qui devaient précéder ces rencontres. La recherche sur le terrain comprend trois phases distinctes, soit : (1) La cueillette des données, (2) L'analyse des données avec le concours des acteurs, (3) Le panel de résonance. La phase de cueillette des données s'est échelonnée de janvier 2012 à février 2013, soit une période de 14 mois en considérant les entretiens informels avec les mentors du programme de mentorat de Diffusion Focusing Québec et la présentation de mon intention de recherche à un

groupe d'intervenants et d'étudiants en Focusing. Les entretiens individuels ont été faits entre le 1<sup>er</sup> avril 2012 (premier entretien enregistré et transcrit) et le 1<sup>er</sup> février 2013 (dernier entretien avec une pionnière du Mouvement vers l'esprit communautaire n'ayant pas participé aux rencontres de groupe). Les cercles ont eu lieu entre octobre et décembre 2012, soit : le 13 octobre (5 personnes), le 1<sup>er</sup> décembre (9 personnes) et le 15 décembre (7 personnes). L'analyse des données avec le concours des acteurs de la recherche a débuté le 13 décembre 2012 avec l'envoi d'un sondage que j'ai fait parvenir aux 10 personnes ayant participé aux deux premiers cercles concernant leur intérêt à s'engager dans les étapes d'analyse que constituent la modélisation et la compréhension commune du phénomène d'émergence et de vie des communautés PAIH. Les résultats de ce sondage ont aussi été le point de départ de l'élaboration des objectifs spécifiques de la recherche. À partir de ce point, huit acteurs de la recherche se sont engagés dans l'analyse pour deux rencontres tenues les 23 février et 23 mars 2013. Le panel de résonance, regroupant 19 participants invités à partir de leur intérêt pour l'une ou l'autre des communautés PAIH (dont 6 acteurs de la recherche), a eu lieu le 20 avril 2013, date que je considère comme étant la dernière étape du terrain. Le panel de résonance était aussi pour les acteurs de la recherche la dernière étape à laquelle je leur proposais de contribuer par un témoignage concernant leur démarche dans le processus de recherche. La recherche couvre donc au total 16 mois, soit de janvier 2012 à avril 2013 inclusivement. Le journal de bord couvre par contre une période un peu plus large (de septembre 2012 à juin 2013, soit environ 22 mois) car j'y relate les étapes de conception du projet, les réflexions faites lors de mes nombreuses lectures sur le sujet et quelques événements et réflexions postérieurs au panel de résonance.

## CHAPITRE IV

### PREMIÈRE ITÉRATION DU PROCESSUS D'ANALYSE

Le but énoncé pour la présente recherche est celui d'une compréhension commune du phénomène d'émergence et de vie des communautés PAIH et l'un des sous-objectifs que le collectif formé pour la recherche s'est donné est de modéliser les observations faites sur la vie des communautés afin de les présenter aux membres des cinq communautés ciblées. Le cadre conceptuel systémique et la méthodologie de cueillette et d'analyse des données ont été développés dans ce sens. Dans ce chapitre, je présente le modèle qui émerge de l'analyse thématique. Je présente aussi le récit polyphonique intitulé «l'histoire coraconcée». Cette première partie des résultats d'analyse sera suivie au chapitre V par un regard sur d'autres sous-objectifs dont : l'observation de l'évolution du collectif formé pour la recherche, l'apprentissage du vivre avec nos différences et l'exploration des origines et des possibilités de convergence des pratiques des différentes communautés.

#### **4.1 Présentation du modèle émergent**

À partir de la codification des données telle qu'explicitée à l'annexe 2, un modèle global en six phases est construit. Chaque phase, soit (1) Accueil, (2) Participation, (3) Relation, (4) Collectif, (5) Émergence et (6) Engagement, est un des états successifs d'un système vivant<sup>65</sup>. Le modèle est circulaire et chaque individu a sa propre trajectoire dans la communauté vue comme étant un système. Le modèle émergent est présenté à la figure 4.1 où l'on peut voir qu'une personne qui arrive dans une communauté y est d'abord accueillie. Cette personne traversera par la suite, si tel est son choix, des étapes d'intégration jusqu'à un éventuel engagement envers la communauté et sa pérennité.

---

<sup>65</sup> Petit Robert 1, 1992 : Phase : Chacun des états successifs d'une chose en évolution. Les phases ont été identifiées après quelques itérations sur les données (voir annexe 2 pour plus de détails).

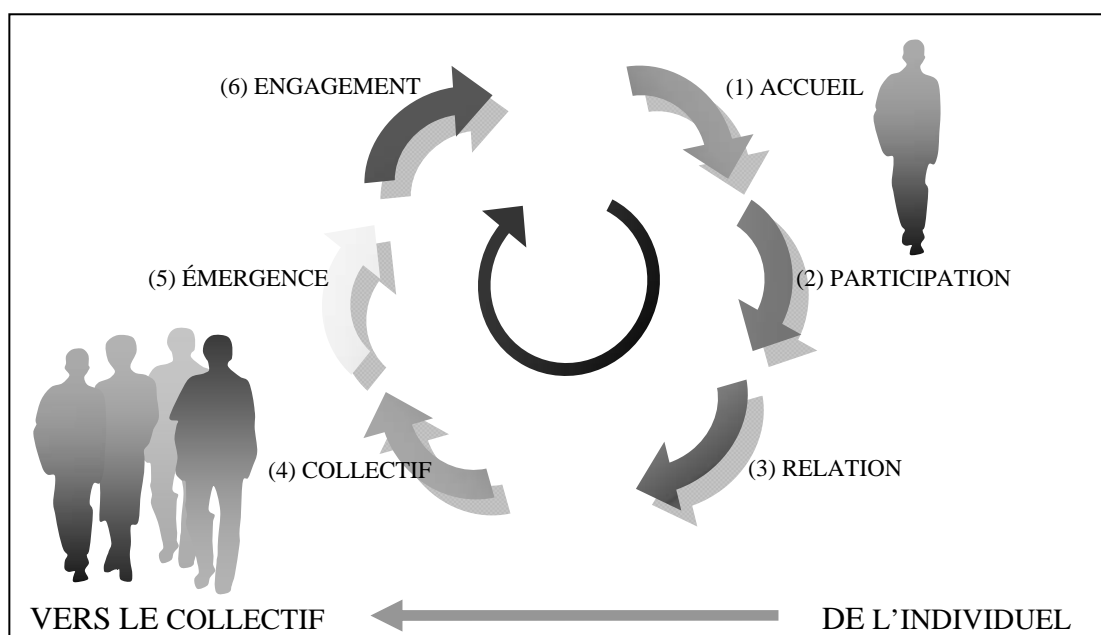


Figure 4.1 Modèle émergent du vivant des communautés PAIH

#### 4.2 L'histoire coracontée

Le modèle émergent a permis de composer une histoire, qui reprend les six phases de la vie et de l'émergence des communautés PAIH et décrit, à partir des témoignages des acteurs, le vécu des communautés à chaque phase. Le tableau 4.1 présente le processus ayant permis de composer l'histoire à partir du corpus des données.

Tableau 4.1 Processus de création du modèle émergent et de l'histoire coracontée

entretiens individuels et rencontres de groupe	transcription des données	élaboration du système et codification	élaboration du modèle	choix des extraits selon le niveau discursif	récit polyphonique
11 entretiens 3 rencontres 22 heures d'enregistrement	174 pages de données	447 extraits 1 arbre thématique 6 phases 13 thèmes 35 sous-thèmes	modèle émergent en 6 phases présenté aux participants (Figure 4.1)	167 moments de vie racontés ÉTAPE 6 PSE (Je)	histoire composée par collage des modèles ÉTAPE 7 PSE (Ils)

De chacun des 167 moments de vie identifié par l'application de l'étape 6 de la PSE à l'ensemble des données, j'ai extrait des modèles selon l'étape 7 de la PSE<sup>66</sup>. Les modèles ont ensuite été collés en enfilade pour produire un texte qui a été retravaillé pour parvenir à une certaine cohérence (déplacements de certains éléments). Le premier résultat de l'histoire a été acheminé au collectif formé pour la recherche avec le modèle émergent (figure 4.1) quelques jours avant la rencontre du 23 février 2013, et les participants ont été alors en mesure de le commenter, indiquant d'une manière générale qu'ils s'y reconnaissaient. Voici donc le résultat de ce collage en enfilade des 167 moments de vie vécus dans les communautés PAIH. Dans cette histoire, il n'est pas possible de savoir qui a dit quoi mais il est certain que ce qui est dit concernant chaque phase de la vie des communautés provient des expériences vécues par les acteurs de la recherche. La modélisation permet de rendre l'histoire à la troisième personne, première étape d'objectivation des résultats<sup>67</sup>. Voici l'histoire :

#### 4.2.1 L'accueil

La découverte d'une communauté de pratique se fait souvent par une lecture qui touche une aspiration profonde au changement. Ainsi, pour plusieurs, c'est après avoir lu jusqu'à la dernière goutte un livre traitant de la pratique de l'attention inter humaine et en avoir été profondément touché qu'ils chercheront à participer à une première rencontre. D'autres, ayant été informés de l'approche lors d'une conversation, iront sur Internet et prendront ensuite contact pour la découvrir. L'entrée dans le groupe peut aussi se faire sur invitation à un projet particulier, perçu comme étant une occasion de rencontrer des personnes intéressantes. Et finalement, ce sera parfois une amitié de longue date qui fera que l'on cheminera côte-à-côte dans le développement d'un projet ou d'une approche. Pour la ou les personnes qui initient

---

<sup>66</sup> Le tableau de la répartition des données, présenté à la page 107 de l'annexe 2 indique que 447 extraits ont été codés dont 167 représentaient des moments de vie des acteurs de la recherche comprenant un temps, et un lieu.

<sup>67</sup> Un exemple de modélisation d'un moment de vie et un exemple de collage en enfilade de différents moments de sont présentés à l'annexe 2. Dans les sections 4.2.1 à 4.2.6, le niveau de langage est parfois celui du langage parlé. J'ai fait le choix de conserver le plus possible les expressions et les métaphores employées par les acteurs de la recherche pour décrire leur expérience afin que le sens implicite y reste présent.

la formation d'une communauté, une responsabilité est portée concernant ceux qui y entrent. Cependant, certaines personnes dans le groupe, ayant une sensibilité particulière à ce qui peut être vécu ou perçu par les nouveaux arrivants, poseront les gestes et trouveront les paroles permettant de guider, de rassurer et d'introduire une nouvelle personne. Il s'agit là d'un élément important et qui parle déjà d'inclusion. Autrement, un groupe qui continue de faire ses affaires en faisant abstraction des nouveaux arrivants va à l'encontre des principes qui sous-tendent la pratique de l'attention inter humaine. L'ouverture consiste à avoir un intérêt sincère à entendre ce que les nouveaux venus ressentent. Si un nouveau venu peut exprimer son inconfort c'est parce qu'il sent que ce sera reçu. Il peut dire par exemple qu'il est désarçonné par un mode de fonctionnement différent de ce qu'il connaît. En voyant la situation à travers le regard du nouveau, la communauté se perçoit de l'extérieur.

Les premières et les plus importantes découvertes faites lors de leur introduction dans une pratique de travail intérieur dont se souviennent les participants à la recherche sont celles de l'écoute de soi et de l'autre. Pour plusieurs, écouter pour la première fois une personne révéler son monde intérieur est un moment clé de l'expérience. Ce type d'écoute ouvre à une dimension relationnelle profonde et il sera plus facile par la suite d'avoir accès à cette dimension dans les conversations de tous les jours. Lorsque les rencontres se font en groupe, il est possible de se laisser toucher par ce que chacun apporte et de constater que l'on reçoit ainsi beaucoup. Ce dévoilement de ce qui est vécu intérieurement est un mouvement humain dont le monde a énormément besoin, dont chacun d'entre nous a besoin et particulièrement lorsque nous portons quelque chose de lourd. Ainsi, c'est en entendant les partages de chacun que l'on se rappelle pourquoi on est venu. Dans cet espace dédié où il est possible de s'arrêter, de prendre le temps de s'intérioriser, il devient passionnant d'entendre ce qui est dit en ayant vraiment la disponibilité intérieure d'être là. Chaque rencontre permet par la suite de raffiner sa vision, de se reconnaître parmi les siens et d'avoir même l'heureuse surprise de retrouver parfois à la croisée des chemins des personnes que l'on a



connues ailleurs, chacune ayant posé ses petites pierres le long de son propre chemin. Dans la dynamique d'un groupe, il est bon aussi de reconnaître que différentes personnes y viennent avec différents besoins et que, lorsqu'un besoin, exprimé ou non, est différent de celui d'un autre, il peut y avoir passage au chaos. Ce passage au chaos est perçu comme étant positif dans un groupe de l'attention inter humaine. Il confirme que chaque personne qui le compose y apporte une couleur différente. Ainsi, chaque rencontre d'un groupe de l'attention inter humaine est une occasion d'en apprendre un peu plus sur l'autre, de montrer un peu plus de soi-même et d'apprendre que de persévérer dans une expérience vécue en groupe lorsque l'on rencontre nos propres résistances peut être un choix judicieux<sup>68</sup>. Quoi qu'il en soit, faire sa part consiste ici à prendre la décision de s'occuper de soi-même en participant à un groupe d'attention inter humaine au-delà des engagements du travail et de la famille tout en sachant qu'à chaque participation il est possible de vérifier intérieurement si c'est une bonne journée pour être là. Lorsque l'on choisit d'être là, pour donner l'heure juste, il peut être bon de dire en arrivant un mot exprimant s'il y a lieu notre besoin particulier pour cette rencontre.

#### 4.2.2 La participation

Dans la participation à une communauté de pratique il est possible de distinguer trois sous phases, soit : (1) Suivre une formation de base, (2) Approfondir la pratique, (3) Commencer à transmettre (soit de façon bénévole, soit par une offre de service). En ce qui concerne la formation, disons que la découverte de l'espace intérieur fait partie de la trajectoire de toute une vie pour ceux qui s'y attardent. Ils iront souvent vers la méditation, le yoga et autres types d'expériences pouvant même inclure des pratiques artistiques. La pratique de la pleine conscience, qui est un des chemins les plus simples à suivre, commence par l'attention portée à la respiration, voie royale de

---

<sup>68</sup> Pour une personne qui vit seule ou qui travaille à son compte, par exemple, le groupe peut être une opportunité de rencontrer des gens. Cette rencontre représente aussi un défi car, par contraste avec ceux qui y sont plus régulièrement impliqués par leur travail, la sensibilité est plus grande, la personne a moins l'habitude de se protéger, elle est plus sensible à ce qui est perçu comme étant le vécu des gens et elle a plus besoin de dire ce que ça lui fait vivre.

la connexion à l'Être. Par la suite, il sera possible d'explorer l'écoute intérieure (passage vers l'*époque*) qui reste toutefois quelque chose d'inhabituel et d'étrange dans nos sociétés actuelles plutôt portées vers l'extérieur. On découvrira peut-être alors l'importance de la connexion à soi-même, l'importance de s'écouter d'abord pour voir ce qui nous habite. Car comment être authentique autrement? Découvrir que l'on peut ressentir des malaises, des inconforts sans arriver tout à fait à les nommer, à mettre le doigt dessus, c'est peut-être facile pour certains mais pas pour tous. La curiosité s'éveille en constatant l'existence de ces modes de fonctionnement, et une nouvelle culture se développe. Une première expérience n'étant souvent pas suffisante pour se faire une idée, la personne revient. Ce retour répond pour la communauté à une préoccupation d'accessibilité. Mais vivre l'expérience une deuxième fois et se retrouver encore à la même place amène un inconfort que certains n'auront pas envie de dépasser. Ils quitteront alors à cette étape.

Cette pratique de travail intérieur, cette nouvelle norme culturelle, ouvre sur le développement d'une profonde culture du cercle<sup>69</sup>. Le microclimat créé par le cercle permet de porter attention aux effets qu'il produit. Mais la norme consiste habituellement à assister à des activités bien organisées, et ce type de rencontre, sans programme et sans objectif, est inhabituel. Embarquer dans le non-linéaire, se permettre d'être là, de respirer et de se dire que l'on n'a rien à prouver à personne et que l'on n'a pas besoin d'avoir des choses intelligentes à dire est un défi. L'action consiste ici à trouver l'équilibre entre ce qui brasse à l'intérieur, ce qu'on a envie de partager et la place que l'on veut laisser aux autres. Et cette action est très intense. C'est nouveau, on ne sait pas où l'on s'en va, un déséquilibre est créé, ce qui amène à lâcher prise sur le contrôle. Savoir qu'il y a quand même un cadre ou l'on peut

---

<sup>69</sup> La culture n'est pas la même dans toutes les communautés. Une participante témoigne ainsi de l'expérience vécue dans une Sangha bouddhiste : «S'il y a 25 personnes, il y en a quelques-unes qui parlent et beaucoup d'autres pas du tout» et «Je suis allée à deux retraites et là les gens parlent un peu plus de ce qu'ils vivent vraiment. Ils le font dans des sortes de cercles et à partir d'un thème. Ils le font un peu spontanément... avec ce qu'ils sont. Ils n'ont pas à ma connaissance... de ce que j'ai vu... l'habitude d'échanger profondément. L'échange... je trouvais que c'était toujours la même chose... Ça manquait d'intériorisation. (1B,EN,P6,3GÉ,060,P.35) (voir l'explication de ce code à l'annexe 2).

s'offrir le plaisir d'explorer est rassurant, mais il reste que dans la prise de risque que requiert l'ouverture, il n'y a pas de garantie de sécurité. Le contexte privilégié permet toutefois à chacun de mettre le meilleur de lui-même dans la création commune car la créativité et l'innovation sont des valeurs associées à ce nouveau paradigme. Chaque activité offerte dans une communauté de pratique est une expérience nouvelle qui s'ajoute. Lorsqu'il y a des frictions dans un groupe de continuité ou de pratique, il est possible de voir les gens mettre en œuvre avec maturité les habiletés acquises. Cette observation du vécu de la communauté est aussi une occasion de voir ce qui est généré en chacun (ce qu'il en pense et ce qu'il en ressent).

Pour voir et expérimenter de l'intérieur ces grandes théories relationnelles parfois déjà vues dans les cadres universitaires<sup>70</sup>, il faut aller vers les groupes offrant des pratiques expérientielles. Pour mieux comprendre, certains voudront lire la documentation avant de participer à une première activité. Mais avoir accès à des concepts et vivre une expérience sont deux aspects différents et on ne peut que constater la difficulté de référer aux concepts lorsque l'on est dans l'action. Dans un groupe expérientiel, le processus s'apprend par l'observation des interactions entre les participants et celle des interventions du facilitateur. Cette partie qui observe, c'est le regard macro, mais il est aussi possible d'être en même temps dans la dynamique du groupe. Même quand on y va pour la théorie on ne s'exclut pas du groupe pour autant. Parfois la démarche n'est pas claire et on la poursuit parce qu'on s'y est engagé et parce qu'elle présente un certain intérêt. La pratique réflexive, qui s'amorce à la lecture d'une transcription du processus lorsque cette transcription est disponible, permet de porter un regard nouveau sur l'expérience. Apparaissent alors des choses qui n'avaient pas été saisies parce que la personne était occupée par ce qui se passait intérieurement. Cette lecture donne un relief différent au vécu. Participer est ainsi vu par certains comme étant un exercice, et le groupe de pratique est perçu comme étant

---

<sup>70</sup> Les participants ont entre autres mentionné les théories sur la dynamique des groupes, les approches systémiques et le dialogue (Bohm, 1996 ; Buber, 1938).

un laboratoire<sup>71</sup>. Ça peut alors sembler artificiel, pas aussi profond que si on avait quelque chose à faire ensemble et qu'on devait s'arrêter pour essayer de voir ce qui ne fonctionne pas. Ça paraît déconnecté et une impression d'aller nulle part fait surface. Alors on cherche à faire quelque chose ou bien on invite les autres à réagir à ce qu'on vient de dire parce qu'on sent le besoin de les entendre. L'idée est que pour vraiment être une communauté il faut un jour ou l'autre passer ensemble à l'action.

Plusieurs services sont offerts bénévolement par les communautés de pratique et il est possible de constater que faire bénévolement ne signifie pas manquer d'habiletés. Les bénévoles sont des acteurs importants qui agissent, organisent et représentent la communauté. L'approche d'un milieu donné se fait d'abord de manière informelle. Une personne a besoin d'écoute, et, avec la sensibilité qui a été développée, les gestes d'empathie se révèlent spontanément. L'écoute est offerte pour quelques minutes et la personne repart plus calme. Ce que l'on apprend on souhaite le propager et lorsqu'une occasion se présente, un contact dans un milieu donné peut être une occasion d'introduire une autre façon de travailler, d'intervenir auprès des gens, et l'on s'avance alors spontanément<sup>72</sup>. Parfois une approche est présentée à des personnes en sachant qu'elles peuvent le faire, mais pour d'autres la compréhension est moins évidente. Suite à un premier essai, il faut alors s'attendre à ce que ces personnes ne reviennent pas. Dans certains milieux, comme chez les autochtones par exemple, la culture du cercle est déjà vivante, naturelle, habituelle, mais dans d'autres

---

<sup>71</sup> Il est aussi possible pour ceux qui recherchent ce type d'expérience de se mettre en situation dans de multiples groupes où le questionnement se rejoint à des niveaux différents (par exemple des gens plus jeunes, des sociologues, un groupe où les hommes sont en majorité) pour faire ainsi des liens avec sa propre pratique. La question se pose alors à savoir pourquoi le groupe de l'attention inter humaine est ressenti comme étant plus douillet. L'espace est perçu comme étant en dehors de l'action. Il n'y a rien à faire, si on n'a pas envie de parler on ne parle pas. Chacun peut rester dans son petit monde, sans avoir à agir ou à montrer qu'il est ni même à être en conflit.

<sup>72</sup> Dans les milieux faisant la promotion de la médiation citoyenne, par exemple, découvrir que les gens avaient la capacité de régler leurs conflits, a été un peu comme découvrir une nouvelle espèce. Et constater ensuite que la transmission ne pouvait se faire à cause des contraintes du milieu a été un peu décevant parce que l'on sait maintenant que lorsque les gens parviennent à se parler, ça change quelque chose, que la médiation change quelque chose dans la dynamique relationnelle. Les gens sont rencontrés à tour de rôle, ensuite a lieu la médiation et la démarche rejailli sur la communauté et touche des gens qui n'étaient pas partie prenante. Même si au départ, professionnels et bénévoles ont dû avancer parfois à tâtons pour les premières interventions, les résultats sont encourageants. Ce qui est offert dans cette approche est une plate-forme où les gens peuvent s'exprimer, où ils sont sensibilisés à exprimer ce qu'ils portent et où on leur permet de simplement le dire sans lancer d'insultes.

milieux il faut commencer un peu en amont pour inclure la pratique dans les mœurs. Ainsi, lorsqu'il y a un conflit ou une difficulté, il est naturel de vouloir régler la situation mais il y a résistance devant le pas à franchir pour simplement s'asseoir ensemble et il faudra encore lever des barrières afin que les gens puissent faire par eux-mêmes ce qu'ils sont habitués à ce que d'autres fassent à leur place (notamment dans la résolution de conflit). Introduire la culture du cercle, celle de l'écoute ou celle de la médiation dans un groupe demande de l'engagement. Ça ne peut pas se faire partout car il n'y a pas toujours cette volonté d'être ensemble et de prendre soin de la vie du groupe, du quartier ou de l'organisation. Ça marche lorsqu'il y a cette volonté et cet engagement. Pour plusieurs, les habiletés acquises dans une pratique pourront être réinvesties dans un contexte professionnel et faire partie par exemple d'un portfolio de création collective ou artistique ou d'un curriculum vitae.

#### 4.2.3 La relation

On entre dans une communauté, on y développe certaines habiletés relationnelles que l'on peut approfondir dans des pratiques de groupe et plus ou moins commencer à transmettre ou à pratiquer dans le cadre de la vie de tous les jours. Mais qu'en est-il du climat relationnel des communautés? Les trois thèmes qui ont été soulevés lors des conversations sont : (1) L'attachement aux opinions (aussi nommé présupposés), (2) L'exclusion (de soi ou de l'autre) et (3) Les conflits structurels. Il semble assez évident pour tous que lorsque ce travail de recherche sera terminé, la compréhension de ce monde paradoxal de la relation conflictuelle ne sera pas achevée. Il y a toutefois l'espoir qu'un tout petit pas se fasse dans la compréhension de ce qui se vit en chacun, entre les participants et dans l'ensemble du groupe. En ce qui concerne le point (1) L'attachement aux opinions, il a été possible d'identifier une dynamique de ce type lors de la rencontre du 15 décembre 2012. Le groupe a choisi d'approfondir le regard sur cette partie de la vie commune en y réfléchissant ensemble. Cette réflexion est présentée au point 5.1 (dissection d'un processus). Le thème de l'exclusion de soi

et de l'autre a aussi été touché en direct et en différé<sup>73</sup>. Le cercle amène souvent dans des dimensions pas claires où il y a de la confusion, des non-dits ou des allusions. Lorsqu'une personne dit quelque chose qui l'implique et qui résonne profondément pour elle et qu'elle ne reçoit en retour que des silences, elle peut alors sentir une pression intérieure. Apprendre à tolérer ce genre d'inconfort n'est pas facile. Une personne pourra parfois ouvrir une problématique parce qu'elle sent un besoin de le faire et croit que ce malaise ne lui appartient pas en propre. Mais il est possible que les autres ne soient pas prêts à en parler. Ce qui est ouvert ne mène alors pas vers une résolution et la personne en ressort avec une grande insatisfaction. Certaines personnes du groupe trouveront que d'autres prennent trop de temps ou de place avec des problèmes qu'elles vont qualifier de «personnels». Choisisant alors de «ne pas se charger des efforts de comprendre», elles vont s'exclure, tandis qu'à d'autres moments c'est plutôt la personne qui «dérange» qui choisira de quitter car elle ne sent pas que ce qu'elle a à dire peut être reçu. Ce qui a pu être observé dans la démarche collective effectuée pour la recherche est la manifestation des ressources du groupe:

Si je peux dire un mot sur l'appréciation de la journée d'aujourd'hui... J'ai adoré... J'ai trouvé ton intervention très correcte... Vraiment... je ne voudrais pas que tu t'exclus avec ça... bon... tu as le droit de t'exclure... On est libre (rires)... Mais pour moi... je trouve que c'est très riche... Et je trouverais ça malheureux que tu n'aies pas été là... Je ne veux pas que tu sentes ça comme une obligation là... tu es tout à fait libre... mais j'apprécie ta présence... Pour moi c'était positif... (3R,C3,P9,1GR,426,P.169)<sup>74</sup>

Et là... ça m'a fait prendre conscience que ça fait du bien de donner une petite piquêre (rires)... Dans le sens de donner du mordant..., et j'apprécie ça de toi... (3R,C3,P5,1GR,436,P.173)

Concernant l'aspect des conflits structurels, plusieurs participants y ont fait allusion dans les entretiens individuels et dans les partages du groupe. Ce qui a été constaté est

<sup>73</sup> Les sous- thèmes 19 et 20 de l'arbre thématique présenté à l'annexe 2 font référence à des problématiques de cet ordre, soit le thème 19 : Vécu du groupe sur l'exclusion, et le thème 20 : Partages sur des problématiques d'inclusion et d'exclusion.

<sup>74</sup> Cet extrait, comme tous les autres extraits présentés dans ce document, est identifié par un code à 6 entrées permettant d'identifier : la phase (numéro et couleur), la provenance (extrait provenant d'un entretien individuel ou d'un cercle), le participant, le niveau discursif (moment de vie ou donnée générale), la séquence et l'adresse (ordre et numéro de page) de l'extrait dans le recueil des données. Le système complet est présenté à l'annexe 2.

qu'il est fréquent, lorsqu'un groupe passe à la tâche ou tente d'élaborer un projet, qu'une faille apparaisse. Il s'agit d'un nouvel aspect du collectif et de sa mission qui se révèle et monte à la surface. Cette faille sera une occasion pour l'organisation dans son ensemble de se regarder si elle est prête à le faire. C'est l'organisation toute entière qui entre alors en période de chaos. Mais il est aussi possible que la reconnaissance de cet état ne soit pas partagée par tous, qu'il ne se passe rien et que l'organisation choisisse de ne pas se regarder. Une participante dira alors à ce sujet :

Des fois... il y a des organisations qui ne sont pas capables de passer au travers du chaos... Est-ce que ce conflit-là est vraiment le chaos... où s'il y aurait une autre terminologie pour dire qu'on est en dehors du chaos?... Parce que le chaos fait encore partie du processus... Et là... cette partie-là... ce serait possiblement une partie qui démontrerait qu'on est en dehors du processus... qu'on n'est plus dans le processus... (3R,EN,P3,3GÉ,111,P.55)

#### 4.2.4 Le collectif

Lorsque certaines conditions de sécurité et d'intention sont minimalement rencontrées, les individus rassemblés autour d'un projet commun peuvent alors passer à l'étape du collectif. Il a été possible de constater qu'à cette étape certaines prises de conscience de dynamiques personnelles se font :

... j'ai réalisé des choses de façon personnelle... J'ai un peu peur... Je vais le nommer pour peut-être le dépasser... peut-être pas... Je me rends compte que ma dynamique personnelle interfère dans mon processus quand je m'exprime. Je vis une certaine problématique et des fois... il y a de la colère ou de l'impatience qui sont liés à ça... Et... la dernière fois... c'était remarquable... Je t'entendais P2 me dire : «C'est peut-être toi qui a un problème...» (P2 : Je ne parlais pas d'un problème mais plutôt d'un besoin...)... Je t'entendais en relisant le compte rendu... Et maintenant que je suis consciente de ce problème-là... parce qu'il a été nommé... j'aimerais ça être capable de parler au-delà de ça... Mais je ne sais pas si c'est possible... (4M,C2,P1,1GR,327,P.126)

Moi j'écoute et... pendant ce temps-là... j'essaie de me clarifier... Ce qu'il y a à l'intérieur de moi... ce n'est pas simple... Premier constat... c'est que je n'ai jamais fréquenté l'esprit communautaire... Je viens de réaliser ça... Et je ne me suis jamais vraiment bien intégré dans la société... alors je réalise que je suis loin de l'esprit communautaire... (4M,C3,P11,1GR,439,P.173)

Une fois franchi le pas du collectif, qui apparaît comme un tournant important, vient aussi le désir de travailler en groupe et de se rejoindre sans qu'il y ait distinction de grade, comme par exemple anciens et nouveaux, ou personnes certifiées et non

certifiées. Lorsque le climat est ressenti comme étant sain, chacun a le courage, l'audace d'exister. Il est possible de développer ensemble le «mieux vivre avec nos différences» de telle sorte que l'expérience devienne enrichissante pour tous et que les différences, plutôt que d'être assimilées, soient respectées et accueillies. Le groupe apprend à s'ajuster et un participant illustre ce phénomène en évoquant un moment de vie :

...j'avais joint un club de cyclotouristes... Il y avait toute sorte de monde... certains avaient plus de capacité que d'autres... Et... j'ai appris à ajuster le rythme pour celui du plus faible... Parce que le plus fort c'est facile de partir en avant... Alors... le plus fort se mettait devant pour couper le vent à celui qui suit... Et ça m'est toujours resté... J'ai toujours aimé ça de s'ajuster avec celui qui a plus de difficulté... pour qu'on reste ensemble... (4M,C3,P9,2VI,378,P.145)

Dans un groupe déjà formé, à partir du moment où une personne propose de transmettre une connaissance au groupe, un espace s'ouvre pour d'autres propositions du même type. Les propositions émergentes seront une occasion de créer des sous-groupes et toutes sortes de façons de se relier les uns aux autres de manière productive. Ce qui semble évident à partir de là c'est une intention clairement manifestée de rendre chaque projet minimalement inclusif de telle sorte qu'il puisse faire place à ceux qui ont envie d'y être et qu'il respecte en même temps ceux qui n'en ont pas envie. Il s'agit de travailler à une frontière où chacun puisse trouver son compte. Et ce n'est pas facile. Ce n'est pas donné. Ce n'est pas gagné d'avance. Il faut d'abord prendre le pouls de la communauté et savoir s'il y a une place ou ça ne rencontre pas. Peut-être que pour une personne en particulier ça ne goûte pas bon. Il s'agit alors de percevoir clairement les différences en sachant qu'il y a et qu'il y aura peut-être toujours une zone de stress ou de friction. Et il en est ainsi pour chaque nouveau projet. Si ce travail d'arrimage n'est pas fait, le groupe passe alors à côté de sa mission et même de la raison d'être de nos communautés. Il s'agit d'un questionnement permanent et pour lequel il n'y a pas de réponses simples. Une communauté saine peut être perçue comme telle de l'extérieur et aussi de l'intérieur pour ceux qui y vivent. Il y a un sentiment de cohérence perçu entre ce que chacun est



et ce que l'on fait ensemble. Ce sentiment se perd parfois dans les méandres relationnels et il est alors important de faire quelque chose pour le recréer. Il peut s'agir d'une sorte de rituel ou d'un recadrage pour se définir. Le cercle est une forme de rituel permettant le recadrage mais, à d'autres occasions, ce sera un dîner ou une activité récréative.

#### 4.2.5 L'émergence

Peu à peu le mouvement d'émergence prend forme et se développe. Qu'allons-nous faire ensemble? Il faut enfanter, mais l'enfant n'est pas obligé de naître tout de suite car ce que l'on poursuit, ce que l'on touche en ce moment même, touche aussi à tout ce qu'on a déjà touché avant, un peu comme si on poursuivait un but invisible. Il apparaît simplement que la présence de chacun est requise ici et maintenant. C'est une priorité qui consiste à se donner chacun un espace tout en créant ensemble un espace qui pourra accueillir le meilleur de l'Orient, comme avec la pleine conscience, et le meilleur de l'Occident avec des approches comme celle du travail intérieur de Gendlin et d'autres. On constate que souvent dans la vie on se retrouve autour d'une table avec d'autres, on a déjà quelque chose à faire ensemble, on arrive là avec nos peurs, nos blessures, nos émotions et tout ça influence sur la tâche. Mais ici, en ce moment, c'est l'inverse. Des inconnus travaillent sur cet envers d'eux-mêmes sans avoir encore défini une tâche, se demandent ce qu'ils font là et aussi ce qu'ils veulent faire ensemble. Ils s'inquiètent aussi à savoir s'ils devaient faire quelque chose ensemble s'ils y parviendraient. Ils constatent que le cœur de toute la démarche est dans cette convergence qui reste à explorer. Il y a dans ce mouvement du groupe une chaleur et une hésitation aussi. Les différents engagements des acteurs de la recherche peuvent-ils se nourrir les uns des autres? C'est ce qui est souhaité. La perception est à l'effet qu'un mouvement cherche à s'exprimer en réaction au pessimisme social actuel. Ce n'est pas une attente envers le groupe ni de la pensée magique, ce dont il est question ici est plutôt un travail de patience qui se réalise comme un tricot maille par maille. Mais il y a un fil conducteur et il est possible de constater que l'intention,

l'appel original est toujours le même. Certains vont définir la communauté en référence à un lieu physique (un quartier, un village), d'autres y verront un espace temporel (réunion, rencontre) et pour d'autres ce sera un rassemblement volontaire autour d'un projet concret (pierre et brique) ou d'une pratique. La communauté se manifeste dans des formes différentes mais il est possible de dire que toutes les communautés sont intentionnelles et qu'elles sont toutes aussi des communautés de pratique. Ainsi, même lorsqu'il y a au départ un projet concret sous forme d'habitation, les gens doivent développer la «pratique» du vivre ensemble. Les trois rencontres du groupe de recherche ne seraient ainsi pour certains qu'un hors-d'œuvre et, pour aller au cœur des choses, il y aurait tout un potentiel à explorer. Pour d'autres, l'engagement se termine et il faudra réfléchir parce que dans sa vie, en ce moment, on est plutôt en retrait d'engagement parce qu'il y a trop de choses et que l'on s'épuise. Il faut alors regarder à chaque fois où l'on en est<sup>75</sup>.

Quoi qu'il en soit, les aspects intangibles et spirituels de ce type de démarche restent difficiles à mesurer. Il semble même pour certains que la recherche ne parviendra pas non plus à les évaluer et qu'une partie restera toujours non résolue. Et il apparaît que pour répondre aux questions que pose cette recherche, il faut se mettre à un autre niveau, un peu plus haut. Plusieurs affirment toutefois que le rêve ou l'utopie communautaire les anime et qu'ils ont envie d'aller dans cette direction parce que l'expérience qu'ils en ont est déjà très riche. C'est comme une porte qui s'entrouvre et ils ont le goût d'aller voir plus loin. La démarche apporte ainsi, en plus de la curiosité et de l'intérêt qu'elle éveille, une réponse à une aspiration profonde et qui ne se dément pas, à un engagement qui monte à l'intérieur de soi et qui la fait voir comme une offrande, une ouverture à une autre dimension. Cette part d'intangible, qui ne peut se mettre en mots, peut toutefois se percevoir à certains moments dans le

---

<sup>75</sup> Pour d'autres il ne s'agit pas d'un retrait d'engagement mais plutôt d'un autre appel vers le calme et la tranquillité, d'un besoin d'être nourri par la nature et d'entendre le silence. Et ce besoin, qui éloigne des grands centres, rend difficiles les engagements communautaires. On se dit alors que par sa qualité d'être il sera sans doute possible de recréer quelque chose comme ça dans un autre environnement, comme celui d'un petit village par exemple.

cercle. Elle se goûte et on peut même dire qu'elle se savoure. Apparaissent alors des images telles : un voyage sac à dos en Afrique... monter dans un autobus sans savoir où il va, le plaisir étant d'être là et d'amorcer le voyage avec ceux qui y sont... ou encore la première fois que l'on s'est retrouvé à 10 ou 12 ans dans un groupe en tant qu'«individu pensant». Et tout ça rejoint cette espèce de fil conducteur qui est comme la promesse de faire ensemble avec passion quelque chose de bon, de nourrissant et de créateur. Certains affirment ici qu'ils ne veulent plus la coupure avec la racine spirituelle parce qu'il manque alors quelque chose à l'intérieur, et ça crie. Ils ne veulent plus de ces structures où l'on se sent comme au collège. Le flot de la spiritualité lorsqu'il émerge dans un groupe, certains le sentent et d'autres l'éjectent. Mais il apparaît de plus en plus pour plusieurs acteurs de la recherche que la création d'un champ où l'on respire ensemble est une condition essentielle à ce que l'information puisse circuler et à ce que l'émergence puisse se produire. Dans toute pratique de groupe quelle qu'elle soit, il y aura d'abord à créer et recréer ce champ.

#### 4.2.6 L'engagement

Devenir membre d'une organisation est une étape le long du chemin. Même si la participation se résume à un seul événement dans une année, l'idée de faire partie d'un groupe auquel il est possible de s'identifier reste intéressante. De plus, se placer en situation avec des gens qui pratiquent une approche de l'attention inter humaine permet de voir comment ils interagissent. Pour une personne qui débute dans la pratique, faire partie de l'organisation ou du développement d'un projet est une belle occasion d'apprendre directement de l'expérience qui se vit. Mais pour d'autres, s'engager officiellement serait comme avoir une étiquette et ils ne le font pas spontanément. Ils vont plutôt préférer fréquenter le groupe à certains moments qui leur semblent opportuns dans leur propre trajectoire. Ils reviennent parfois dans la communauté pour y être nourris et pour y trouver du réconfort, car ils ont compris que cette logique de l'approche intérieure crée un espace de sécurité et de bienveillance. Ces engagements sont toutefois partiels et ne peuvent à eux seuls faire

vivre une communauté de pratique quelle qu'elle soit. S'engager, pour d'autres c'est d'abord avoir le goût d'interagir avec ceux qui sont là. Souvent il y a une ou deux personnes qui inspirent les autres par leur charisme et par les efforts qu'elles mettent pour garder l'intérêt vivant. Ce point est repris au chapitre V (point 5.3 Deux témoins profondément engagés) à partir de témoignages de personnes ayant contribué à la création de communautés.

#### **4.3 Discussion sur le modèle et liens avec les concepts**

Le modèle émergent et l'histoire qui en émerge sont perçus par les acteurs comme étant une bonne synthèse couvrant de manière fidèle, claire et limpide, les différentes facettes de l'expérience vécue. Les participants reconnaissent l'ensemble des éléments entendus dans les cercles et nommés dans les entretiens. Le portrait de nos communautés de pratique se dessine à travers ce méta regard qui rejoint les visions de (Peck, 1993, 1994 ; Wenger, 2005 ; Wheatley, 2005) présentant les communautés en tant que systèmes vivants. La personne qui entre dans une communauté acquiert un sens de l'identité du groupe. Ce sens, même s'il n'est pas mis en mots, influencera les choix concernant la participation et éventuellement l'engagement. Ce point est important pour Wenger (2005) qui a développé le concept de «participation périphérique légitime» pour en parler. La participation doit offrir selon lui un accès aux trois dimensions que sont : (1) L'engagement mutuel avec les autres membres, (2) La possibilité d'action et de négociation de l'entreprise commune, (3) Le partage d'un répertoire commun. Il affirme que «La participation doit engager les nouveaux venus et leur donner une indication de la façon dont la pratique fonctionne» (p. 111), et ajoute que ceux qui la transmettent ne peuvent exercer ce rôle qu'en raison de leur appartenance à la communauté. Il est important de noter que dans la plupart des communautés il existe une fonction professionnelle qui coexiste avec la fonction de transmission libre sans frais. Il y a source de conflit entre les deux visions car la vision professionnelle menant à l'établissement d'une reconnaissance publique (diplôme ou accréditation) est difficilement conciliable avec la philosophie du don

préconisant une transmission libre des habiletés. Voici le témoignage d'une participante à cet effet :

Il y avait cette fameuse guerre des clochers qui s'est déclarée il y a deux ans... D'ouvrir l'approche à beaucoup de monde... et... d'un autre côté... que ça devienne comme une institution... Et c'est ce qui s'est passé... Ça s'est séparé... les deux groupes... Et... les gens qui pensent que cette approche est ouverte à tous... et qu'on ne demande pas d'argent... tandis que l'autre groupe en fait vraiment une institution... dans tout le sens du terme... Et... quand il y a un pratiquant qui a un problème... il doit payer pour avoir un rendez-vous dans l'institution. (3R,EN,P5,2VI,116,P.57)

Cependant, la communauté étant axée selon Caillé (2007, 2009) sur la socialité primaire, une partie de sa vie doit se faire selon cet axe afin qu'elle puisse vivre et prospérer. Pour Caillé (2007, 2009), le don est l'opérateur généralisé du rapport social. Il affirme qu'il faut créer de nouvelles solidarités s'exprimant dans des activités collectives à finalité non lucrative. Il s'agit d'un paradoxe non résolu qui pourrait s'illustrer par la complémentarité des opposés que sont la vision professionnelle et celle du don. Il y a un important travail d'élaboration à faire à partir de ce paradoxe qui, s'il n'est pas dépassé, garde toute organisation dans la forme traditionnelle du paradigme de marchandisation des habiletés. L'aspect relationnel des communautés de pratique est celui qui intéresse le plus le thème de cette recherche. Le passage au chaos évoqué dans quelques-uns des partages du groupe réfère directement aux étapes du processus de Peck (1993, 1994) car plusieurs des acteurs de la recherche ont une bonne connaissance expérientielle et théorique de ce processus. Le chaos est un moment où chacun tente de guérir l'autre ou de le convertir à sa façon de voir. C'est l'étape de l'attachement aux opinions au cours de laquelle le groupe tourne à la polémique et se dirige parfois vers des affrontements violents pouvant éventuellement mener à l'exclusion de soi ou de l'autre, passage souvent douloureux et profond qui affecte tôt ou tard toute communauté. Peck affirme que «...plus vite nous en aurons fini avec ce désir de régler le sort des gens, plus vite nous serons désireux, voire impatients, de permettre aux autres d'être eux-mêmes, créant ainsi une atmosphère de respect et de sécurité.» (1993, p. 136). Peck considère

l'inclusion de tous dans le respect des différences comme étant un des trois concepts clés de la formation et du maintien d'une communauté, les deux autres étant l'engagement et le consensus. Wenger (2005), qui n'aborde pas directement l'aspect de l'inclusion et de l'exclusion, parle plutôt des identités de participation et de non-participation, indiquant différentes postures que les participants choisissent à différents moments de leur démarche ou selon leur personnalité. Il précise que « [la] tâche de maintien de la communauté est une dimension fondamentale de toute pratique, mais elle passe souvent inaperçue, elle peut facilement être sous-estimée et même ignorée » (2005, p. 84) et ajoute que certaines communautés sont comme des familles dysfonctionnelles. Dans ce cas, la révolte reflète pour lui un plus grand engagement que ne le fait la conformité passive. Abordant la question des conflits structurels qui gangrènent parfois les communautés, Peck (1994) suggère ainsi trois questions importantes concernant l'engagement dans une communauté dysfonctionnelle : (1) L'organisation à laquelle j'appartiens est-elle civile? (2) Puis-je la rendre plus civile? (3) Suis-je appelé ailleurs? La réponse à ces questions n'est pas facile. Il faut y réfléchir longuement et tenter différentes approches qui pourront éventuellement permettre quelques avancées. Margaret Wheatley (2005), dans son travail de maintien de communautés autogérées, propose par contre plusieurs pistes intéressantes qui pourraient constituer les bases d'un réel changement de paradigme. Les mots «organisation», «communauté» et «système» peuvent ainsi, selon elle, être utilisés pour décrire une même réalité, car toute organisation peut être vue comme un système et les systèmes vivants sont des communautés parce qu'ils sont composés de personnes qui ont choisi de se rassembler autour d'un but commun<sup>76</sup>. Elle voit ainsi le conflit structurel comme étant une excellente occasion d'aborder le changement et affirme que le changement commence lorsqu'un membre ou une partie des membres d'une communauté choisit (et le mot «choisit» est très important) de se laisser

---

<sup>76</sup> Pour Angyal (1965), la tendance à l'homonomie qui amène une personne à se joindre à d'autres dans la poursuite de buts communs, serait une tendance naturelle du développement humain, et cette tendance, chez un individu sain, se manifeste concrètement par un engagement auprès d'une personne, d'un groupe ou d'une cause.

perturber par une nouvelle information. Elle suggère ainsi que, lorsqu'une difficulté survient, la solution pourra émerger du système lui-même si l'on augmente en qualité et en quantité la connexion qu'il a avec lui-même. L'exploration commence avec des questions telles : Qui aurait besoin d'être là pour explorer cette question?, Que s'est-il passé?, Pouvons-nous en parler?, Que sommes-nous devenus? Elle affirme que «[l]'émergence ne peut se produire que lorsqu'il y a connexion» (2005, p. 179), ce qui rejoint le travail de Dominic Barter car, dans son approche systémique, c'est toujours la connexion qui est recherchée, celle de l'individu avec lui-même, celle des gens entre eux et celle qui existe (ou devrait exister) dans l'ensemble de la communauté. Pour Barter (2011)<sup>77</sup>, la première condition de l'existence d'une communauté est aussi d'avoir conscience de l'existence de cette communauté. Il faut selon lui que certains membres de la communauté perçoivent d'abord l'importance des interactions courantes, reconnaissent l'interdépendance de tous et soient prêts ensuite à rencontrer les autres afin de décider consciemment de prendre soin du groupe, de l'organisation ou du système de manière interdépendante. Une communauté saine peut passer à l'action de manière concrète même sans avoir dépassé toutes ses sources de conflit. Des conflits, il en restera toujours et de nouveaux émergeront. C'est la raison pour laquelle il faut, selon Barter (2011), se doter d'un système apte à y faire face. Ainsi, l'amorce de la formation de communauté dans le collectif formé pour la recherche, correspondant à la phase du collectif (phase 4), a déjà produit des résultats tangibles. Parmi les propositions émergentes, notons : (1) Une proposition d'avancer ensemble dans l'analyse des données, (2) Une proposition de l'un des participants d'offrir au groupe un atelier de développement de l'esprit communautaire, (3) Une offre de la part de ceux qui connaissent et pratiquent le Focusing de l'enseigner aux autres, (4) Un partage en dyade lors de la rencontre du 23 mars 2013 pour le croisement des modèles, (5) Une proposition de poursuivre avec le collectif de recherche PAIH une exploration

---

<sup>77</sup> Messages publiés sur le groupe Yahoo entre le 9 juin et le 4 octobre 2011, que j'ai consultés, résumés, traduits et publiés sur le groupe Yahoo francophone le 27 octobre 2011.

commune qui pourrait nous conduire vers «le seuil d'émergence, l'esprit communautaire ou une réalisation particulière» (5J,C2,P8,1GR,335,P.128). La multiplicité des connexions et des interactions sont des caractéristiques soulignées par Wenger (2005) et Wheatley (2005).

#### **4.4 Énoncés pour une lecture des communautés**

Afin de faire ressortir les observations du groupe de recherche, je présente une suite d'énoncés pouvant servir de balises pour une lecture d'autres communautés. La notion de transférabilité, reconnue en tant que critère de scientificité (Liu, 2006), répond à la préoccupation d'une application à d'autres contextes des résultats émergents de la démarche de recherche. Cette notion est décrite par Mukamurera, Lacourse et Couturier, (2006) comme étant la «capacité d'une recherche (ses conclusions) de faire sens ailleurs» (p. 129). Selon Bourassa et *al.* (2012), les valeurs qui s'expriment dans le discours, devenant ainsi plus explicites, «s'intègrent dans la réflexion dialectique avec soi-même et avec les autres» (p. 53). La création du modèle en six phases et la présentation des résultats sous forme d'énoncés répondent à l'objectif quatre de la présente recherche qui est de modéliser et de présenter les observations faites à partir du vécu du groupe et des histoires individuelles.

##### ÉNONCÉS RELATIFS À LA PHASE D'ACCUEIL

- Les gens se joignent souvent à une communauté de l'attention inter humaine ou en créent une nouvelle à partir d'un appel ou d'une aspiration profonde au changement.
- Ceux qui ont déjà intégré la communauté ont à développer leur sensibilité à l'accueil du nouveau venu afin de favoriser l'inclusion.
- Un nouveau venu s'exprimera s'il sent que ce qu'il porte peut être entendu et cette expression est une occasion pour la communauté de se percevoir à travers ce regard.

##### ÉNONCÉS RELATIFS À LA PHASE DE PARTICIPATION

- La première et la plus importante découverte qui se fait dans une communauté pratiquant l'attention inter humaine est celle de l'écoute de soi et de l'autre.
- L'écoute, une dimension relationnelle profonde, s'intègre dans la vie de tous les jours et améliore la qualité du tissu social par transmission informelle d'habiletés.
- La découverte de l'espace intérieur fait partie de la trajectoire de toute une vie. Ce passage de l'extérieur vers l'intérieur (époque) qui permet de voir ce qui nous habite pour une communication plus authentique reste encore quelque chose d'inhabituel



dans nos sociétés portées vers l'extérieur. La curiosité s'éveille en constatant l'existence de ces modes de fonctionnement et une nouvelle culture se développe.

- Les rencontres d'un groupe pratiquant l'attention inter humaine sont enrichissantes lorsque l'on a la disponibilité intérieure d'être là et de se laisser toucher par ce que chacun apporte.
- Un climat sain donne à chacun le courage, l'audace d'exister.
- Le partage à deux ou en groupe est un mouvement humain dont le monde a besoin, dont chacun d'entre nous a besoin surtout dans les moments difficiles.
- Les gens arrivent à une rencontre avec différents besoins. Il est important de les nommer et de les reconnaître en se donnant un temps de silence pour entendre.
- Les processus non-linéaires sont source de malaise pour plusieurs car la norme consiste plutôt à assister à des activités bien organisées et la prise de risque que requiert l'ouverture n'offre aucune garantie de sécurité.
- Dans ce genre de groupe, l'action consiste à trouver un équilibre entre ce qui brasse à l'intérieur, ce qu'on a envie de partager et la place que l'on veut laisser aux autres.

#### ÉNONCÉS RELATIFS À LA PHASE DE RELATION

- Une problématique ouverte et qui ne rencontre que silence lourd ou fermeture, ne peut être résolue. De telles attitudes conduisent vers une exclusion de soi ou de l'autre portant souvent le qualificatif de «problèmes personnels». Dans un groupe sain, des ressources se manifestent afin de dépasser ces situations.
- C'est par l'action concrète que la communauté prend vie car il est fréquent, lorsqu'un groupe passe à la tâche, que des failles révélant un nouvel aspect du collectif apparaissent. Ces frictions à l'intérieur des communautés, permettent aux gens de mettre en œuvre avec maturité les habiletés acquises.
- Chaque faille est une occasion pour le groupe, l'organisation ou la communauté de se regarder si elle est prête à le faire. Lorsqu'il y a un conflit ou une difficulté, il est naturel de vouloir régler la situation, mais il y a résistance devant le pas à franchir pour simplement s'asseoir ensemble.
- Introduire la culture du cercle, celle de l'écoute ou celle de la médiation dans un groupe demande de l'engagement. Ça ne peut pas se faire partout car il n'y a pas toujours cette volonté de prendre soin de la vie du groupe.

#### ÉNONCÉS RELATIFS À LA PHASE DU COLLECTIF

- Lorsque certaines conditions de sécurité et d'intention sont minimalement présentes, les individus rassemblés autour d'un projet commun peuvent passer à l'étape du collectif. Cette étape est un tournant important où il devient possible de travailler ensemble sans distinction de grade.
- Le contexte particulier du collectif permet à chacun de mettre le meilleur de lui-même dans la création commune.
- Les propositions émergentes permettent de créer des sous-groupes et toutes sortes de façons de se relier les uns aux autres de manière productive avec une intention de rendre chaque projet inclusif de telle sorte qu'il puisse faire place à ceux qui ont envie d'y être et qu'il respecte ceux qui n'en ont pas envie.

- Une communauté saine peut être perçue comme telle de l'extérieur et aussi de l'intérieur par ceux qui y vivent. Il y a un sentiment de cohérence entre ce qu'on est et ce qu'on fait.

#### ÉNONCÉS RELATIFS À LA PHASE D'ÉMERGENCE

- La perception est à l'effet qu'un mouvement cherche à s'exprimer en réaction au pessimisme social actuel. La présence de chacun est requise ici et maintenant afin que ce mouvement d'émergence prenne forme et se développe.
- Ce dont il est question ici est un travail de patience qui se réalise comme un tricot maille par maille.
- La communauté se manifeste sous des formes différentes (quartier, village, réunion, organisation ou projet concret brique et pierre). Toutes les communautés sont intentionnelles et elles sont toutes aussi des communautés de pratique de l'art du vivre ensemble. La communauté comporte une part d'intangible qui ne peut se mettre en mots mais qui se ressent.
- La création d'un champ où l'on respire ensemble est une condition essentielle à ce que l'information circule et à ce que l'émergence se produise. Ce travail, de nature spirituelle, certains le sentent mais d'autres l'éjectent.

#### ÉNONCÉS RELATIFS À LA PHASE DE L'ENGAGEMENT

- Certaines personnes alimentent l'imaginaire vers la communauté et peuvent en inciter d'autres à s'engager.
- L'engagement reste difficile pour plusieurs et ils choisiront plutôt une présence aléatoire et sporadique répondant à leurs besoins du moment.
- Une véritable communauté n'est jamais fermée sur elle-même. Les gens peuvent y entrer, y rester pour un moment, y revenir au besoin ou s'y engager pour longtemps s'ils y trouvent un sens profond.

Puisqu'il s'agit d'une recherche intervention participative, les résultats sont présentés pour fins d'échange et discussion. Ils sont transitoires et, tout comme pour les sous-thèmes de l'arbre thématique présenté à l'annexe 3, Il pourrait y avoir ajout ou modification des énoncés si, par exemple, quelque chose dont nous n'avons jamais parlé apparaissait dans des rencontres ultérieures.

## CHAPITRE V

### SECONDE ITÉRATION DU PROCESSUS D'ANALYSE

Une première étape d'analyse a été complétée au chapitre IV avec la présentation du modèle émergent, de l'histoire coraconcée et de la liste des énoncés qui en découlent. Pour cette seconde étape d'analyse, passant du niveau macro au niveau micro, je recours à nouveau à la force du groupe pour y puiser un supplément de sens. Le 23 mars 2013 nous faisons un dernier pas ensemble sur les contenus de l'analyse et je propose aux acteurs de la présente recherche les étapes de dissection d'un processus (Exploration des présupposés<sup>78</sup>, point 5.1) et de croisement de deux moments clés (Exercice en dyade, point 5.2). À ces étapes d'analyse, j'ajoute par la suite un complément d'information (saturation des données) consistant en l'ajout de deux entretiens avec des personnes clés des communautés PAIH (point 5.3). La vision d'une possible convergence des approches, amorcée par le groupe à la rencontre du 23 février 2013, est présentée de manière plus détaillée lors du panel de résonance qui regroupe des participants des différentes communautés (points 5.4 et 5.5). Suite à ces différents points de vue sur la démarche et sur les résultats, je m'attarde au point 5.6 à porter un regard sur la validité des résultats, et je termine avec la synthèse de la démarche de la présente recherche en lien avec les objectifs de départ (point 5.7)

#### **5.1 Dissection d'un processus : exploration des présupposés**

À la rencontre du 23 mars 2013, nous regardons ensemble un morceau d'expérience vécu le 15 décembre 2012. Il s'agit du sous-thème 16 (Exploration des présupposés) issu du thème 6 (Présupposés) répertorié à la phase 3 (Relation) de l'arbre thématique tel que développé à l'annexe 3. Ce thème, composé de différents extraits, est présenté

---

<sup>78</sup> Dans le modèle des rencontres au seuil d'émergence (RSE) (figure 3.3 page 51), qui a été l'outil utilisé dans nos rencontres de groupe, le terme utilisé pour parler des présupposés était plutôt «attachement aux opinions», terme utilisé par les bouddhistes et dans les pratiques de pleine conscience. La prise de conscience des présupposés est l'essentiel de la pratique du dialogue de Bohm (1996). Les deux termes sont équivalents mais l'attachement aux opinions étant généralement mieux saisi pour le commun des mortels, je l'ai préféré dans l'élaboration du modèle.

intégralement à l'annexe 4. En lisant ce thème on constate que chaque personne qui s'exprime dans le cercle est touchée en profondeur. Il y a une charge émotionnelle et les tensions se manifestent, un peu comme des élastiques qui font bouger la vie du groupe, tirant d'un côté puis de l'autre. Lorsqu'une tension s'apaise, une autre apparaît ailleurs. Des forces de cohésion contrebalancent des forces divergentes. Au moment où l'on pense que l'espace commence à s'harmoniser, une personne se place en retrait. À partir des données complètes composant ce passage de la vie du groupe, je dégage trois niveaux d'interventions ayant eu lieu au cours de cet épisode : (1) Émotionnel, (2) Présupposé, (3) Méta regard sur le vécu de la personne ou celui du groupe. À ces trois niveaux s'ajoute un nouveau cycle de présupposés (2a).

(1) Le niveau émotionnel:

Moi j'ai besoin d'être en contact avec les individus (P1, p. 107).<sup>79</sup>

J'ai aussi besoin de sentir la connexion mais à un degré différent (P9, p. 108).

Moi je ne suis pas à l'aise dans ce genre de discussion, alors je me tais (P7, p. 109).

Je ne me suis pas occupé de moi. Je me suis exclu (P7, p. 110).

Mais P1 s'est occupée de toi (P11, p. 110).

(2) Le niveau des présupposés:

Dans nos groupes on parle pour se dévoiler. (P1, p. 108)

Pour moi toutes les approches sont pareilles si elles permettent la communication authentique. (P7, p. 111)

L'authenticité ça n'a pas rapport au groupe auquel on appartient. (P1, p. 111)

Mais nous on a des facilitateurs pour ça. (P7, p. 111)

(3) Le méta regard:

C'est une question de culture. Chaque groupe a ses pratiques. Si on veut devenir un groupe, il faut trouver comment. (P8, p. 110)

Il faut se familiariser avec le contexte du groupe. (P8, p. 111)

Vous commencez à toucher la question du modèle. C'est quoi les règles du jeu (P4 (moi), p. 111).

(2a) Un nouveau cycle de présupposés :

Je ne voyais pas de problème. Chacun est responsable de dire ce qu'il a à dire. Le virage où tout le monde a dit on commence à danser ensemble, moi je me retirais. (P10, p. 112)

---

<sup>79</sup> Les numéros de page font référence au texte intégral présenté à l'annexe 4.

Le regard porté le 23 mars 2013 sur cette expérience vécue le 15 décembre 2012 amène une nouvelle compréhension. La réflexion, d'abord teintée d'émotion, permet quelques avancées. Je distingue dans cette nouvelle conversation, tenue entre six acteurs de la recherche (P1, P5, P6, P8, P9 et P11<sup>80</sup>), deux niveaux d'intervention : (1) Émotionnel et (2) Méta regard sur le vécu de la personne ou celui du groupe. Je procède simplement par collage de citation d'extraits de l'enregistrement afin de donner l'impression générale qui se dégage de l'échange<sup>81</sup>.

(1) Le niveau émotionnel :

On parle de tolérance/d'expériences douloureuses/d'acceptation d'être dérangé/ de courage de faire l'intervention/ de sensibilité au fait que quelqu'un se sente exclu/ de réaffirmer son adhésion au groupe/ C'était beau/ J'étais content d'y être/ Acceptation d'une démarche à petits pas/insatisfaction/fragilité/ Je ne savais pas à quel point ça me ferait réagir/ Je me sens en harmonie à 100% avec toute la recherche/ Le sens global pour moi c'est la confiance/ J'étais comme une bombe avec l'envie de dire avec intensité... et c'était mu par la peur/ Je commence à découvrir qu'il y a quelque chose d'autre dans un groupe que la peur/ Le vécu était très souffrant... ce n'était pas du courage... c'était du désespoir.

(2) Le méta regard :

L'intervention de départ était appropriée. Elle aurait aussi pu être faite sur le mode de la facilitation en disant par exemple «Quand une personne dans le groupe ne parle pas... cette forme de participation est plus difficile à comprendre pour les autres»/ Une intervention importante/un moment clé/ C'était un moment important où on entre dans le chaos pour faire émerger quelque chose/ Je me sentais sur toutes les chaises en même temps/ J'aurais dû être inquiet pour le groupe/ L'acte d'être présent ça parle, mais il y a une limite dans la non-participation, dans la non-inclusion/ l'intelligence collective a besoin de contribution/ Ma réaction à l'exclusion est liée à mon sens de la communauté/si on a un sens de la communauté, l'exclusion ça fait mal/ J'observais en moi mais je n'étais pas assez attentif au groupe/ Mais où est-ce que je suis moi dans cette dynamique là? / La communauté n'existe pas, il faut la cocréer ensemble, un pas de plus à chaque fois/ Je me sens à la bonne place dans cette liberté de dire ou de se taire, il y a dans ça de la congruence, de la cohérence/ C'est bon de revoir cette partie / Quand j'ai reçu le texte, je reconnaissais ce que j'avais vécu à toutes sortes de niveaux/ J'entendais des personnes s'exprimer dans l'authenticité avec des moyens différents/ Ça parle de l'importance de construire la confiance.

---

<sup>80</sup> P7 s'était excusé parce qu'il avait un empêchement, mais il m'a tout de même fait part de ses réflexions lors d'une conversation téléphonique précédant la rencontre. P3 a par contre choisi de s'abstenir de participer à cette étape de l'analyse.

<sup>81</sup> Cette rencontre, considérée comme étant une étape d'analyse et non une étape de cueillette des données, ne fait pas partie du corpus des données d'analyse (recueil des données d'analyse, 174 pages).

Selon la «théorie» des petits pas et celle du tricot maille par maille, je dirais que le collectif formé pour la présente recherche a vraiment fait un pas de plus lors de cette dernière rencontre par le passage au méta regard sur l'expérience et aussi par l'amorce de la reconnaissance de ce qu'est un présupposé. Un participant affirme que dans cette démarche «il y a un fil conducteur qui nous relie avec patience».

## 5.2 Moments clés et croisement

Les participants ont eu l'occasion, à cette même rencontre du 23 mars 2013, de travailler en dyade, chacun explorant un moment clé de sa démarche avec le groupe<sup>82</sup> dans l'intention d'explorer le croisement (étape 8 de la PSE). Je présente à titre d'exemple le cheminement de la dyade formée par P6 et P9. Le moment clé exploré par P6 se situe à la rencontre du 23 février 2013. Elle trouvait difficile, depuis le début de la recherche, les conversations et le dialogue à différents niveaux, certains parlant de manière plus intellectuelle tandis que d'autres étaient au niveau de l'émotion. Elle éprouvait une tension entre rester fidèle à ce qu'elle était et à ce qu'elle vivait intérieurement et être en lien avec les autres. La sorte de «non-directivité» utilisée dans les rencontres la déstabilisait et elle ne sentait pas la connexion avec les autres.

Dans la rencontre elle en vient à se demander ce qu'une autre personne du groupe pense d'elle. Puis elle se dit qu'il est porteur pour elle de rester avec ça. Quelque chose commence alors à se stabiliser en elle. Elle prend conscience que chacun est là avec ce qu'il est et qu'on est ENSEMBLE. Elle ressent alors ce qu'est un groupe et comment une communauté peut se former et émerger. Ça ne peut être que parce qu'on est ENSEMBLE et que chacun, étant où il est, l'exprime à sa façon. À partir de là, une sensation de stabilité en elle lui permet de regarder et nommer, pendant que les interventions continuent, la tension entre ce qu'elle est dans son intégrité et ce que les autres sont dans leur intégrité... et le fait d'être ENSEMBLE. À chaque intervention, quelle que soit la façon dont ça se fait, elle observe que si elle reste dans cette sécurité intérieure, un sens du «nous» se forme, comme un mouvement d'énergie. C'est la première fois qu'elle sent cette stabilité intérieure dans un groupe. L'image qui lui vient est : «C'était comme si ça avait ouvert les yeux... mais par l'intérieur...». Une ouverture vient de se faire dans une profondeur qu'elle n'osait pas espérer. Elle dit : «C'est encore là et ça a même ouvert encore plus dans la rencontre d'aujourd'hui».

---

<sup>82</sup> Pour la formation des dyades, trois personnes ayant déjà pratiqué la pensée au seuil d'émergence, ont été jumelées avec trois personnes qui ne connaissaient pas cette pratique.

Elle entend différemment, peut parler plus librement et sentir la connexion avec les autres. Elle constate que c'est par la mouvance du groupe que paradoxalement, elle a pu se rejoindre elle-même. Modèle : L'instabilité du groupe va paradoxalement chercher la stabilité individuelle.

Le moment clé exploré par P9 concerne des interventions où une autre participante manifestait beaucoup d'inconfort et même un désir de se retirer du groupe. De constater que l'état émotif de l'autre pouvait être si différent du sien dans les mêmes circonstances, lui causait un choc.

Il ressent un décalage entre ce que vit l'autre personne et comment lui se sent. Il réalise qu'il ne s'en faisait pas du tout dans la situation sensible où un participant ne parlait pas, alors que cette même situation déstabilisait une autre personne du groupe. Ce que ça touche pour lui est en rapport avec l'exclusion, que ce soit quelqu'un qui s'exclut ou qui se sent exclu. Il trouve ça triste et se sent impuissant. Il souhaite l'inclusion tout en se donnant le devoir de respecter le choix de la personne. Il est triste aussi pour la pérennité du groupe constatant que, lorsqu'une personne s'exclut, ce n'est pas une fin heureuse. Il n'en veut à personne mais ça le questionne sur la nature humaine et sur la nature du relationnel. Le mot «communauté» décrit tout à fait ce à quoi il aspire et cette expérience lui enseigne quelque chose sur la communauté. Il raconte alors une autre expérience où il a lui-même vécu un moment de recul suivi par une intuition plus forte lui disant de rester dans la situation. Le mouvement de recul était une réaction, tandis que le 2<sup>e</sup> mouvement, qui lui disait de rester, était plus profond. Modèle : Garder une ouverture à accepter ce qui de prime abord n'est pas très chaud et continuer à faire confiance aux intuitions guidées par un mouvement plus profond.

Les deux moments clés ont en commun des expériences paradoxales de recul, d'hésitations et d'acceptation et un sens final d'acceptation de l'autre.

Le croisement des modèles : Accepter que les autres soient ce qu'ils sont pour que nous puissions être ENSEMBLE, chacun trouvant peu à peu sa stabilité dans l'instabilité du groupe, souhaiter l'inclusion sans chercher à l'imposer parce que l'on accepte aussi que les autres soient ce qu'ils sont et faire confiance aux intuitions profondes qui nous guident vers la communauté.

### **5.3 Deux témoins profondément engagés**

Le collectif de recherche s'est constitué de manière organique à partir des choix faits par les personnes qui ont été invitées à participer à la recherche. Il a déjà été possible d'observer que 10 personnes ont participé aux cercles et que huit d'entre elles étaient présentes aux étapes de l'analyse. Dans un souci de saturation des données et afin de

compléter ma vision des différents niveaux d'engagement, j'ai souhaité inclure, dans mon investigation, les témoignages de personnes engagées au cœur des communautés et qui ont été à l'origine des groupes émergents au Québec. Deux femmes qui m'inspirent, fortement occupées par les différentes tâches de maintien de leurs communautés respectives, ont accepté de me rencontrer pour un entretien, précisant toutefois qu'elles n'étaient pas disponibles pour les rencontres de groupe et les suivis<sup>83</sup>. Les deux personnes rencontrées sont dédiées à leurs communautés respectives, une depuis 18 ans et l'autre depuis plus de 20 ans. Elles s'investissent sans salaire parce qu'elles croient profondément à ce qu'elles font. Voici quelques extraits de leurs témoignages permettant de comprendre leur trajectoire:

#### **Une enseignante de la pleine conscience**

Tout ce que je cherchais, je l'avais trouvé là.... ..C'était vraiment apprendre à vivre le moment présent. J'avais écrit dans mon cahier «arrête de lire et pratique; lève tes manches et pratique; mets le zen en pratique.» Le zen, c'est vivre maintenant... là... moins intellectuel mais plus vrai.

On aide à bâtir une Sangha de pratique, à en créer une s'il n'y en a pas et, s'il y en a une, au moins à la servir, à s'impliquer et à faire tout ce qu'on peut pour qu'elle survive... ..On ne gagne pas sa vie en enseignant le Dharma.

Pendant la guerre au Vietnam, Thich Nhat Hanh pensait que les moines devaient aller aider dans la rue... ..Ils travaillaient et faisaient tout ce qu'il y avait à faire mais arrêtaient un jour par semaine même si les bombes pleuvaient. Ils arrêtaient pour se ressourcer pour mieux appliquer ensuite la pleine conscience dans la vie de tous les jours qui était très difficile à l'époque. C'est ce que nous continuons.

La pleine conscience ça se vit quotidiennement. Si je pratique assidument cela aura un impact sur vous. Si je suis calme, vous allez le sentir. Si je suis agitée vous le sentez aussi. La pleine conscience est dans la parole, l'action, la pensée, le non-jugement.

#### **Une facilitatrice de l'esprit communautaire**

J'y allais pour voir dans quoi mon mari était impliqué. Je pensais être là comme une mouche sur le mur à regarder ce qui se passe. Mais... vers la fin du troisième jour... il était devenu évident pour moi que j'appartenais à ce monde-là.

---

<sup>83</sup> Ces entretiens ne font pas partie du recueil des données ayant servi à construire l'histoire coracontée. Je les ai fait parce qu'il y avait peu d'information sur l'engagement envers une communauté dans les données déjà disponibles. À la lecture du tableau de la page 107 à l'annexe 2 on constate qu'il n'y a que huit données de niveau 1 et 2 sur 167 soit 4,8% des données. Toutefois, les entretiens ont été transcrits et remis aux personnes concernées complétant ainsi au moins la première boucle de rétroaction.



... il devenait pour moi de plus en plus urgent que nous ne devions pas juste aller là-bas pour faire communauté. Je pensais «Si la communauté est un concept valide pouvant se produire n'importe où, nous devons être engagés de le faire où nous vivons». Et ici le plus grand besoin était pour ceux qui ne parlaient pas anglais.

Jusque là nous avons juste mis un pot sur la table où les gens mettaient ce qu'ils voulaient pour couvrir les coûts. Quand nous organisions des ateliers, nous devions charger mais c'était beaucoup moins que ce qui se faisait aux États-Unis dans les grands hôtels. Nous devions payer les facilitateurs de la FCE et le coût de la salle. Pour le reste, l'organisation a toujours été bénévole et c'est encore comme ça.

Pour le groupe de continuité, ceux qui y étaient c'était une question de disponibilité... Certains facilitateurs sont venus à quelques reprises mais ils n'ont pas continué. Nous n'avons pas insisté. Nous n'exigions pas que les gens s'impliquent. Ce que nous exigeons était que les facilitateurs aient un lieu où ils pratiquent la communauté.

Et un jour le téléphone a sonné chez moi. C'était un aumônier travaillant dans les prisons. Il venait de faire un ADEC en Ontario avec des aumôniers comme lui et c'était Bob Roberts qui était le facilitateur. Il était complètement mordu et me demandait comment on peut faire ça au Québec. Et quand il m'a appelé je tremblais... je tremblais... parce que je savais que c'était pour moi. Je pouvais applaudir ceux qui le faisaient déjà, mais là ça venait à moi, ça revenait à ma porte. Et c'était absolument clair pour moi que le message était pour moi.

Ce que je constate de ces témoignages est une sorte d' «appel» qui s'est produit à un moment spécifique de leur expérience, moment clé où l'on se reconnaît chez soi. À chaque nouvelle étape de l'engagement, des décisions doivent être prises car l'engagement tout comme la communauté est un processus. Selon Wenger (2005, p. 6) «Notre expérience et notre appartenance nous informent, nous rassemblent et nous transforment».

#### **5.4 La convergence des approches**

Dans cette démarche de recherche, des acteurs, en provenance de différentes communautés, ont tenté, parfois par questionnements explicites, parfois de manière implicite, de marier leurs pratiques en s'interrogeant sur ce qu'elles ont de semblable et de différent. J'ai préparé un tableau des approches en fonction du champ social auquel elles se réfèrent et des habiletés relationnelles auxquelles elles donnent accès. Je l'ai soumis aux participants du groupe de recherche le 23 février 2013 et je me suis

inspirée du résultat de nos échanges pour expliquer les différentes approches lors de la présentation de recherche du 20 avril 2013.

Tableau 5.1 Comparaison des communautés PAIH

APPROCHE	CHAMP SOCIAL	ACCESSIBILITÉ	HABILETÉS	
Focusing/PSE	Communication intrapersonnelle et interpersonnelle, changement social, recherche	Formation individuelle (programme à contribution volontaire), mentorat et partenariat (sans frais)	Écoute de soi (intérieurité), écoute de l'autre, écoute d'une situation ou d'un phénomène, modélisation	5 acteurs de la recherche
Esprit communautaire	Communication interpersonnelle, changement organisationnel	Format mini-atelier (3 heures) ou atelier (15 heures) (contribution volontaire), groupe de continuité (sans frais)	Écoute de soi, écoute de l'autre, compréhension de la dynamique du groupe	5 acteurs de la recherche
Cercles restaurateurs	Communication interpersonnelle, changement social	Auto-apprentissage, rassemblements populaires, Dominic Barter disponible via Skype (contribution volontaire), échange et réflexion sur le groupe Yahoo	Communication et intelligence systémique du conflit, facilitation, dialogue réflexif	3 acteurs de la recherche
Médiation citoyenne	Communication interpersonnelle, changement social	Formation de base (21 heures), supervision et formation continue (sans frais)	Communication interpersonnelle, médiation du conflit	3 acteurs de la recherche
Pleine conscience	Changement personnel, changement social	Portes ouvertes, méditation (sans frais), retraites (faibles coûts)	Attention portée à ses propres réactions dans l'interaction, compassion, écoute profonde	3 acteurs de la recherche

L'idée d'une possible convergence des approches a été présentée et discutée le 20 avril 2013 lors de la présentation des résultats de la présente recherche. Tout comme à l'étape de la constitution de l'arbre thématique et à celle de la présentation des énoncés, ce tableau comparatif des approches est un résultat transitoire. Il représente, au mieux de nos échanges et de nos connaissances, la vision actuelle commune des acteurs de la présente recherche concernant le champ communicationnel et social visé, l'accessibilité offerte et les habiletés transmises par les différentes communautés. Dans la recherche participative, selon Boudjaoui (2012), la production de savoirs requiert la participation des acteurs sociaux. Il s'agit alors pour le

chercheur de prendre «la responsabilité de produire une construction symbolique (méta modèle, configuration, cadres et outils conceptuels) pour répondre au problème posé et qui sera validé par les praticiens» (Boudjaoui, 2012, p. 112). Dans le but général de la présente recherche<sup>84</sup> et selon les objectifs spécifiques déterminés par les acteurs de la recherche réunis en collectif, il y avait une intention d'explorer les origines et les possibilités de convergence des pratiques des différentes communautés (troisième objectif spécifique). L'atteinte de cet objectif débute par la mise en commun de la compréhension des finalités de chaque approche, présentée au Tableau 5.1 sous forme de tableau comparatif, et se poursuit avec la présentation de cette compréhension à un public cible lors du panel de résonance.

### **5.5 Le panel de résonance**

Le panel de résonance, qui constitue la troisième phase de la recherche sur le terrain, a été tenu le 20 avril 2013 et 19 personnes membres des communautés PAIH y assistaient. Lors de cette rencontre, la présentation de recherche, intitulée «Être avec soi et être avec les autres», comportait trois parties, soit : (1) Une présentation sur support Power Point, (2) Un cercle de partage afin de recueillir les impressions des participants sous la forme «ce qui est touché en moi par cette présentation», (3) Un formulaire de consentement autorisant l'utilisation des données pour la recherche. Ce formulaire contenait quelques questions concernant le lien de chacun avec les communautés de pratique, son intérêt à explorer d'autres approches et à être informé des activités de la communauté de pratique de l'attention inter humaine (COPAIH) en création dans le sillage de la présente recherche<sup>85</sup>. Le cercle et les réponses inscrites au formulaire constituent ensemble les résultats du panel de résonance. À partir de ces réponses, qui offraient quelques données pertinentes sur la convergence des

---

<sup>84</sup> Le but de la présente recherche est celui d'une compréhension commune du phénomène d'émergence et de vie des communautés PAIH ayant comme objectif un renforcement de chacune d'entre elles et une ouverture des communautés les unes envers les autres.

<sup>85</sup> Il s'agit d'une proposition de continuer la recherche sur les communautés PAIH en formant une communauté élargie qui pourrait éventuellement inclure d'autres pratiques. Les participants avaient à répondre à une question concernant leur intérêt envers cette nouvelle communauté réunissant les personnes intéressées par les pratiques de l'attention inter humaine.

approches (un des sous objectifs de la présente recherche), j'ai composé le tableau 5.2 qui indique un certain degré de convergence déjà présent dans les communautés, soit 83% des répondants<sup>86</sup> qui connaissent une autre approche. Les répondants ont aussi un intérêt à explorer de nouvelles approches ou à être informé des activités de la COPAIH (94%). Une bonne proportion des répondants (61%, soit 11 personnes) est déjà intéressée par la proposition d'un atelier de développement de l'esprit communautaire en lien avec le Focusing (ADEC combiné avec le Focusing). Il est possible de comprendre de ceci que le mouvement de convergence était déjà amorcé de manière informelle avant la recherche car plusieurs des acteurs de cette recherche avaient déjà un double ou triple ancrage dans les différentes communautés. Les informations obtenues le 20 avril indiquent toutefois de manière assez évidente (à 94%) un intérêt des répondants à poursuivre dans ce sens.

Tableau 5.2 Intérêt des répondants pour la convergence des approches

	Total sur 18 répondants	%
<b>Connaissance:</b>		
Focusing	13	72%
Esprit communautaire	8	44%
Cercles restaurateurs	9	50%
Médiation citoyenne	3	17%
Pleine conscience	8	44%
Au moins une autre	15	83%
<b>Intérêt à connaître ou à mieux connaître:</b>		
Focusing	6	33%
Esprit communautaire	8	44%
Cercles restaurateurs	8	44%
Médiation citoyenne	5	28%
Pleine conscience	8	44%
Au moins une	14	78%
<b>Intérêt pour:</b>		
Apprentissage en individuel du Focusing	4	22%
ADEC combiné avec le Focusing	11	61%
Autres activités à venir dans le cadre de la Copaih	14	78%
Convergence (au moins une approche ou activité Copaih)	17	94%

<sup>86</sup> Il y a 18 répondants en tout car une des personnes sur les 19 présentes n'a pas remis son formulaire.

Mais au-delà des chiffres, il importe de connaître ce que la présentation de recherche a touché chez chacun. Voici quelques-uns des commentaires recueillis:

Une passionnante synthèse des «entreprises» et réalisations humaines. Des approches mises ensemble de façon concrète, simple, respectueuse pour édifier un collectif. L'humanité appliquée : passer du je au nous dans un esprit bienveillant, responsable, ouvert à l'inconnu. Un magnifique effort de mise ensemble des groupes existant dans le respect des différences (répondante no 7).

Je suis touchée profondément par la synthèse. Ta présentation a éveillé un profond besoin de réflexion sur l'engagement (répondante no 9).

Pour moi être avec soi est l'antécédent d'être avec les autres (la seule relation non négociable) et en même temps être avec les autres me permet d'améliorer ma relation à moi, mon écoute de moi. Seul le cerveau gauche crée une frontière entre le moi et le nous. J'aime le symbole du Tao utilisé dans la présentation. Dans le modèle, l'engagement est d'abord avec le soi intérieur et ensuite avec le nous à condition que je puisse nourrir mes besoins au sein du nous. Le nous a aussi des besoins au-delà des miens... donc pleine conscience comme substrat... oui (répondante no 17).

L'engagement a toujours été difficile pour moi, pour toutes sortes de raisons. Le sentiment d'appartenance à la communauté du Focusing qui s'est développé au fil du temps m'amène à toucher cette peur de l'engagement et je vois même poindre un désir d'engagement et de contribution (répondante no 19).

Et, pour terminer, j'ajoute deux commentaires laissés par les acteurs de la recherche présents à cette rencontre :

Je trouve la synthèse finale très intéressante : l'idée de continuer par la Copaih sous forme d'un groupe qui continuerait de se rencontrer. Faire un mémoire de recherche dans un domaine où, ultimement, le spirituel, par l'entremise d'un Esprit, reste un mystère entier, cela relève d'un défi osé, accompli avec brio! (P7, commentaire écrit).

Mots clés aujourd'hui : autonomie, homonomie, universalité de l'accessibilité à la communauté. L'engagement est le carburant. Pour moi l'éclectisme et la dispersion sont des risques constants. Mon engagement doit être empreint de cohérence (P8, commentaire écrit).

## 5.6 Validité de la recherche

Je retiens le panel de résonance en tant qu'outil de validité car il s'agit d'une présentation effectuée à un public cible<sup>87</sup> de la recherche. Anderson (2006) propose comme critère de validité externe la «valeur» accordée à la recherche par ceux et celles qui seront informés de ses résultats. Elle affirme que :

La valeur d'une recherche intuitive, et possiblement de toute recherche, pourrait reposer sur sa capacité à aider les lecteurs à se poser les bonnes questions sur leur propre vécu ou sur les expériences qu'ils cherchent à comprendre [traduction libre] (Anderson, 2006, p. 42).

Elle suggère ainsi comme critères la résonance et l'efficacité. La résonance est l'effet produit intérieurement sur celui ou celle qui prend connaissance de la recherche, une sorte de connexion directe et globale où l'expérience est reçue comme étant juste et utile pour la personne et transférable dans sa démarche personnelle de vie. Voici un extrait indiquant une compréhension transférable :

J'anime un groupe de pratique en communication non violente (CNV). La CNV est très structurée par la certification et, en même temps, quand on fait un choix comme celui que j'ai fait de ne pas aller dans ce processus dans l'immédiat avec tout de même l'élan de contribuer, de participer... Ce que tu décris du processus de communauté me parle beaucoup, me parle de mon expérience... Et être ici nourrit aussi autre chose en moi, un besoin de soutien, un besoin d'espoir d'une contribution plus large... ça agrandit mon sens de la contribution (répondante no 17).

---

<sup>87</sup> Selon Anderson (2006), le lecteur et/ou le public cible d'une recherche est constitué d'une notion globale que le chercheur possède concernant les gens à qui s'adresse sa recherche. Anderson (2006) fait clairement référence au Focusing lorsqu'elle propose au chercheur un exercice expérientiel visant à identifier une audience potentielle. Elle suggère au chercheur : (1) de s'intérioriser et de ressentir son corps, l'espace autour de lui et sa respiration, (Étape 1 du Focusing : créer en soi un espace d'écoute) (2) de laisser le sujet prendre forme et de le ressentir au moment présent en utilisant les questions suivantes : Qui voulez-vous aider par cette recherche? Vos découvertes pourront-elles aider un groupe ou une personne en particulier? (Étape 2 du Focusing : choisir une situation qui demande notre attention), (3) de laisser émerger et se préciser le ressenti (Étape 3 du Focusing), (4) d'accompagner les images qui se présentent sous la forme de personnes et de groupes (Étape 4 : laisser la forme se transformer par itérations successives), (5) de leur parler, de les écouter et de les laisser vous inspirer (Étape 5 : accompagner le mouvement intérieur), (6) de garder le mouvement vivant en soi (Étape 6). Il est possible d'identifier ce public cible dont parle Anderson (2006) au concept d'autrui généralisé de G. H. Mead (1963) (voir la note 58, p. 50 de la présente recherche). Mon public cible est présent en moi, sous forme de sens corporel, à partir de mon propre processus d'intériorisation. Mon autrui généralisé est constitué de l'ensemble des membres des communautés PAIH car c'est pour eux que j'ai initié cette démarche de recherche. Il comprend aussi des chercheurs s'intéressant à la question du sensible dans la recherche. De manière plus prosaïque, Le Moigne (1995) définit la connaissance comme étant la part de réalité imparfaitement décrite auprès des tiers que sont les interlocuteurs humains actuels et potentiels. Même si la portée d'une recherche est finalement imprévisible, il m'a été utile d'identifier un public cible.

Une autre avenue importante de validation intersubjective recommandée est celle de l'échange entre collègues chercheurs sur différents aspects de la compréhension des concepts et des phénomènes (Anderson, 2006; Depraz, Varela et Vermersch, 2011; Liu, 2006). Je reconnais cet aspect important dans les nombreuses heures de conversations que j'ai eues avec une collègue de l'UQAM sur les subtilités entre autres de sa compréhension de l'*epochè* et plus particulièrement de l'application des concepts qui y sont liés dans des processus de groupe. En ce qui concerne la compréhension de la dynamique des groupes, nous avons aussi discuté longuement le travail de Peck (1993, 1994) et ce que nous avons expérimenté dans les groupes d'esprit communautaire (ateliers du MEC) où nous nous sommes rencontrées. Nous étions en accompagnement mutuel par l'écoute en dyade dans toutes les étapes d'élaboration de nos démarches de recherche. Pour décrire les différents types de validation intersubjective utilisé dans cette recherche, soit : (1) La validation intersubjective entre les acteurs de la recherche et le chercheur, (2) La validation intersubjective entre chercheurs d'une même discipline et (3) La validation intersubjective par résonance avec un public cible, Liu (2006) utilise le terme d'accord intersubjectif et Depraz (2004) celui de régulation intersubjective. Liu (2006) précise que cet accord crée ce qu'il nomme une communauté de connaissance.

### **5.7 Synthèse des résultats et discussion à partir de la question de recherche**

Les buts et objectifs de la recherche ont-ils été atteints? Dans quelle mesure y a-t-il eu réponse à la question de recherche? La question de recherche est : Comment favoriser l'émergence et la vie des communautés de pratique de l'attention inter humaine et quelle place chacun occupe-t-il dans ce mouvement? Le but et les objectifs, sont : une compréhension commune du phénomène d'émergence et de vie des communautés PAIH, cette compréhension ayant comme objectif un renforcement de chacune d'entre elles, et une ouverture des communautés les unes envers les autres. Cet objectif se décline en quatre sous objectifs, soit: (1) Observer la manière dont le collectif se forme et évolue autour de la tâche qu'il se donne, (2) Apprendre la

tolérance des différences, (3) Explorer les origines et les possibilités de convergence des pratiques des différentes communautés, (4) Modéliser et présenter les observations faites à partir du vécu du groupe et des histoires individuelles.

Les deux premiers objectifs, qui concernent l'attention portée à la vie du groupe, ont été explorés en direct à différents moments dans les cercles tenus en octobre et décembre et plus «intensément» lors celui du 15 décembre 2012 dont un extrait est présenté à l'annexe 4. De plus, une pratique réflexive a été faite à ce sujet le 23 mars 2013. Cette observation directe des interactions du collectif offre un matériel émergent très riche à partir duquel je propose ici une lecture du vivant de cette communauté en train de naître et où se retrouvent les thèmes de l'engagement, de l'inclusion et du consensus (Peck, 1994). Le dernier énoncé formulé au point 4.3 pour la lecture des communautés à partir du modèle émergent indique qu'« [u]ne véritable communauté n'est jamais fermée sur elle-même. Les gens peuvent y entrer, y rester pour un moment, y revenir au besoin ou s'y engager pour longtemps s'ils y trouvent un sens profond.» Cet énoncé, qui illustre l'aspect systémique prévalant dans le cadre de la présente recherche, peut aussi favoriser la compréhension d'une vision processuelle de l'engagement dans diverses communautés (Wenger, 2005; Wheatley, 2005). L'engagement des acteurs dans le collectif formé pour la recherche est composé de trajectoires individuelles très diversifiées, certains ayant faits toute la traversée tandis que d'autres ont plutôt contribué de façon partielle ou épisodique. Deux acteurs de la recherche croisant, au point 5.2, leurs expériences respectives d'engagement, parlent d'un mouvement intérieur qui se fait à partir d'«intuitions profondes qui nous guident vers la communauté». D'autre part, l'inclusion, dans une communauté saine, se manifeste par une volonté de contribuer au processus lorsque des situations problématiques se présentent. Le consensus, qui consiste en un mode de décision tenant compte des apports de chacun, est probablement l'étape la plus difficile et qui n'a pas été réussie lors de l'échange du 15 décembre 2012 sur le mode de fonctionnement du groupe. Ce moment de la vie du groupe laisse en effet



apparaître des failles dans la compréhension du modèle proposé (modèle RSE, Figure 3.3) pour les rencontres et la possibilité d'en revoir certains aspects. Pour obtenir le consensus, il aurait été nécessaire de revoir ensemble les modalités de fonctionnement du groupe<sup>88</sup>. La dissension au sein du groupe entraîne aussi, comme il a été possible de le constater dans ce même extrait, des mouvements de retrait et de recul pouvant aller jusqu'à l'exclusion de soi ou de l'autre. Les trois clés de lecture proposées par Peck (1994), et qui sont étroitement liées, permettent de comprendre la nature systémique de communautés où l'engagement, l'inclusion et le consensus, perçus en tant que processus, sont des phénomènes toujours présents et sous-jacents aux interactions.

Les objectifs trois et quatre concernent l'exploration des origines et des possibilités de convergence des pratiques des différentes communautés et la modélisation du vivant des communautés. Ils ont été réalisés par la production d'artéfacts, soit : la création du tableau comparatif des approches (Tableau 5.1) et la création d'un modèle en six phases (Figure 4.1) qui se décline en plusieurs énoncés. Selon Boudjaoui (2012), la production des savoirs dans les recherches participatives, se fonde sur un idéal démocratique. Ce sont des démarches heuristiques ayant pour but la découverte d'un sens ou d'une vision commune et qui n'ont pas au départ l'intention d'élaborer une théorie généralisable. C'est par cumul d'expériences et par analogies (ou raisonnement transductif) qu'il sera possible de construire éventuellement des savoirs transférables. De plus, toujours selon Boudjaoui (2012), la recherche intervention participative est soumise aux aléas du contexte et limitée dans le temps de telle sorte que c'est à partir de résultats contingents que le chercheur doit en formaliser les résultats. Boudjaoui (2012) suggère ainsi l'analogie avec le travail du détective où les traces observées permettent au chercheur et aux acteurs de la recherche de saisir une réalité plus profonde. La recherche produit toutefois, selon Boudjaoui (2012), des savoirs actionnables pour la communauté de pratique où ils sont produits. Cette

---

<sup>88</sup> Une ouverture est toutefois faite dans ce sens par P8 lorsqu'il dit : «Si on veut devenir un groupe, il faut découvrir comment» (annexe 4 p. 110).

production est importante car, selon Wenger (2005), les communautés de pratique ont comme caractéristique intrinsèque, cette fonction de réification par la production d'artéfacts, constituant un répertoire partagé, toujours susceptible d'être réinterprété. Ainsi, les résultats produits en tant qu'artéfacts, que constituent le tableau comparatif des approches et le modèle émergent et ses énoncés vont continuer de vivre selon des trajectoires imprévisibles et avec toutes sortes de variantes. Les revoir sous différentes formes et dans d'autres contextes dans quelques mois ou quelques années serait le signe d'une réussite du mouvement amorcé par la présente recherche.

Les résultats issus de la présente recherche sont vivants (donc transitoires) mais bien ancrés dans l'étude du vivant des communautés PAIH. L'engagement, l'inclusion et le consensus sont trois éléments importants de la dynamique relationnelle qui permet aux acteurs des communautés d'avancer ensemble. La communication prend ainsi le sens d'une mise en commun. Tel que souligné par Winkin (1981), elle retrouve ainsi son sens originel car, les mots «communiquer» et «communication» ont comme racine latine *communicare* et *communis* (dont sont aussi issus les mots communier et communion) signifiant : mettre en commun, participer à, partager. Les résultats de cette mise en commun, judicieusement nommés par Liu (2006) comme faisant partie d'une communauté de connaissance, font partie d'un bassin de connaissances dont la richesse implicite, plus vaste, peut porter fruit par différentes productions qui émergent au fil des interactions.

## CONCLUSION

J'ai entrepris, dans cette démarche de recherche, de formaliser un questionnement concernant la vie et l'émergence des pratiques de l'attention inter humaine (PAIH). Dans ce mémoire, je présente, au chapitre I, cinq communautés offrant un accès à ces pratiques (celles du Focusing, de l'esprit communautaire, des cercles restaurateurs, de la médiation citoyenne et de la pleine conscience). Je tente de démontrer les bienfaits des enseignements qu'elles offrent en indiquant les recherches effectuées dans ce sens. Je présente ensuite mes intentions de recherche en termes de but et d'objectifs, précisant que les objectifs ne sont pas les miens mais bien ceux du collectif qui s'est formé dans le cours d'une démarche de recherche intervention participative initiée dans un but de compréhension commune du phénomène d'émergence et de vie des communautés PAIH. La vision systémique, qui soutient le cadre conceptuel de cette démarche participative, est présentée au chapitre II. Je propose ainsi la dialectique entre l'autonomie et l'homonomie, concepts holistiques d'Angyal (1965). J'y ajoute la notion de création d'un nouveau tissu social évoquée par Gendlin (1997, 2004, 2007) et appuyée par les concepts de Caillé (2007, 2009) pointant vers une nouvelle compréhension du lien social, celle du don, qui en serait le pivot. Pour mieux saisir la dynamique interne de l'émergence et de la vie des communautés, je m'attarde à trois auteurs qui en offrent une vision systémique, soit : Peck (1993, 1994) pour le processus de formation de la communauté, Wenger (2005) pour la compréhension de la structure des communautés de pratique et Wheatley (1992, 2005) pour son modèle d'autogestion permettant à des groupes de vivre et de progresser ensemble. À partir de mon questionnement initial et des concepts que j'y ai associé, j'ancre, au chapitre III, ma méthodologie de recherche dans une approche à la fois systémique et expérientielle en adoptant une méthode de recherche intervention participative dans une double posture phénoménologique pour le chercheur et pour les acteurs. La

méthode d'intervention participative consiste, pour le chercheur, à accompagner le changement et la compréhension émergente dans une interaction constante avec les acteurs du milieu, à documenter ce mouvement d'émergence en recueillant et en transcrivant les données provenant des interactions, en inscrivant les instants de la démarche et ses propres réflexions au journal de bord et en effectuant la mise en forme des données produites (Anadon, 2007; Ardoino, 1989; Barbier, 2006; Bourassa *et al.*, 2012; Coenen, 2007; Liu, 2006). Dans cette démarche, sont créés des outils et des modèles répondant aux objectifs de recherche et qui sont présentés et discutés aux chapitres IV et V, soit : (1) Un modèle en six phases de l'émergence et de la vie des communautés PAIH qui s'accompagne d'une histoire coraconcée, dont une série d'énoncés sont extraits, (2) Un tableau comparatif illustrant le champ social, l'accessibilité des pratiques et les habiletés offertes dans les différentes communautés ciblées. La recherche, ainsi que les outils et les modèles qui en émergent, sont présentés aux acteurs des différentes communautés lors d'un panel de résonance (Anderson, 2006), dans un souci de validation écologique et intersubjective (Depraz (2004); Liu (2006); Mukamurera, Lacourse et Couturier, 2006).

La double posture phénoménologique pour le chercheur et pour les acteurs est ancrée dans une proposition de recherche donnant accès à l'intériorité par le processus de Focusing/PSE utilisé dans les entretiens individuels et souhaité dans les rencontres de groupe. Dans la démarche effectuée par les acteurs ayant formé le collectif de la présente recherche, la question d'une formation préalable s'est posée et elle reste ouverte. La difficulté de vivre avec le non-linéaire était nommée par certains des acteurs de la recherche et l'accès à l'*experiencing* par le processus de Focusing ou autres n'était pas une habileté acquise par tous<sup>89</sup>. En ce qui concerne la présence, dans

---

<sup>89</sup> Dans la formation en médiation citoyenne telle que je l'ai reçue, par exemple, aucune référence n'est explicitement faite à l'intériorité, que ce soit celle des médiateurs ou celle des citoyens requérant leurs services. Par contre, dans l'approche transformative, présentée lors du rassemblement provincial de l'ASSOJAQ auquel j'ai assisté le 25 octobre 2012, le lien avec l'intériorité est beaucoup plus explicite. Le présentateur Folger (2010) a proposé un exercice d'écoute typique du Focusing. Il s'agissait pour une personne qui en écoute une autre de ne faire que des reflets en ayant comme directive de «ne pas être directif» et de parler ensuite de la manière dont les gens avaient vécu ce moment de «conscience de soi» dans l'interaction. Dans un article récent, Weldon (2012),

les rencontres de groupe spécifiques à la présente recherche, de personnes n'ayant pas acquises une pratique courante d'*époque* individuelle ou de groupe, je n'ai pas trouvé une bonne manière de les intégrer. Hendricks (2001) répertorie des recherches ayant démontré que l'enseignement du Focusing permet d'accroître la capacité d'*experiencing* d'une personne. Ces recherches indiquent également que certaines personnes ont déjà, de manière naturelle, un accès à leur intériorité et précisent que, pour les autres, cet accès peut être initié à partir de propositions expérientielles judicieusement formulées par un intervenant. Il apparaît ainsi que le passage vers l'*époque* est facilité, dans le cadre d'un entretien individuel, par des relances apportées au besoin par l'intervenant (Hendricks, 2001; Vermersch, 2010; Gendlin, 2004). Dans les rencontres de groupe, et plus particulièrement dans le modèle proposé pour les rencontres au seuil d'émergence, chacun doit y avoir accès par ses propres moyens. L'*époque*, que d'autres nomment aussi l'écoute du sensible, est toutefois favorisée par la qualité de présence et d'écoute des participants au cercle et par le climat du groupe. Aller au seuil d'émergence dans un groupe et écouter ce qui cherche à s'y faire entendre a aussi à voir avec la création d'un champ où l'on respire ensemble. La présence de ce champ à caractère spirituel, nommé par Peck (1993, 1994) et par Thich Nath Hanh (1998) et auquel Barter (2011) et Wheatley (2005) font aussi implicitement référence, a été perçue et mise en mots de manière évidente dans les rencontres du collectif formé pour la présente recherche mais il est aussi mentionné que cette dimension reste inaccessible pour certains. Il s'agit d'une limite importante que mon dispositif de recherche n'a pas permis de comprendre.

Anderson (2006), Barbier (1997, 2006) et Liu (2006), parlant de l'écoute du sensible dans la recherche en sciences humaines, insistent pour que le sens du sacré, présent dans toute relation sociale, y soit reconnu. Depuis toujours valorisée dans les traditions anciennes, la voie du cœur et celle de l'espace intersubjectif reviennent

---

qui est un pionnier de la médiation transformative au Québec, soutient que le but de cette approche est de permettre aux gens de se percevoir eux-mêmes et de percevoir leur adversaire (p. 37) et qu'«une part importante de la transformation passe par un dialogue intérieur chez chaque partie» (p. 40).

ainsi, selon ces auteurs, nourrir et équilibrer la connaissance analytique basée sur une stricte connaissance intellectuelle<sup>90</sup>. En inscrivant ma démarche dans une écoute du sensible, j'ai souhaité relever le défi de la scientificité du subjectif. Je l'ai fait en utilisant la théorie de l'*experiencing* et les approches qui en sont issues en tant que clé d'accès à l'intériorité et à la connaissance implicite portée par les gens et contenue dans l'intrication expérientielle de toutes situations de vie (Gendlin, 1997, 2004, 2006). Les outils de l'arbre thématique et du récit polyphonique, constituant une étape d'objectivation, ont permis de rendre compte de l'expérience vécue. Cette recherche permet d'anticiper une grande richesse de compréhension du vécu des groupes et des organisations à partir de la méthodologie des rencontres au seuil d'émergence (RSE) (étant une *époque* de groupe). Il serait possible, par exemple, d'entreprendre ce type de recherche afin de suivre l'évolution de la dynamique d'un groupe qui tente de se structurer légalement, de traverser un conflit structurel ou de construire une connaissance transférable. Les questions de recherche seraient alors : Comment voulons-nous vivre en tant que groupe dans l'espace social? Comment favoriser la traversée d'un conflit structurel? Comment générer une compréhension commune transférable? La communication est en fait au cœur de toutes les communautés de pratique mais elle est encore plus intimement liée à celles qui sont à l'étude dans cette recherche parce qu'elles sont toutes des laboratoires où s'articule la «nouvelle communication» qui est systémique et transformatrice par essence.

J'apprécie le fait que ma proposition de recherche ait su rallier, par résonance, des acteurs du terrain qui ont accepté de me suivre dans cette aventure d'une grande richesse dont j'émerge avec un sourire intérieur. J'apprécie l'essor que je perçois dans les sciences sociales où une véritable communauté de connaissance interdisciplinaire se crée actuellement autour des démarches systémiques et interactionnelles hautement prometteuses qui s'y articulent présentement (Bourassa *et al.*, 2012).

---

<sup>90</sup> Barbier (1997), parlant d'une voie ontologique simplement humaine et, par le fait même, inachevée, mentionne que cette voie «débouche sur une infinie tendresse pour le genre humain, au sein d'une extrême et tragique lucidité» (p. 11).

## ANNEXE 1

### LES 14 ÉTAPES DE LA PENSÉE AU SEUIL DE L'ÉMERGENCE (PSE)

Les étapes de la pensée au seuil d'Émergence ont été publiées dans la revue Folio de l'Institut de Focusing, Volume 19, No.1. 2000-2004 pp. 9 à 24 (*Tae Steps*). Elles ont par la suite été traduites en plusieurs langues et publiées sur le site Web de l'Institut de Focusing ([http://www.focusing.org/tae\\_steps.html](http://www.focusing.org/tae_steps.html)). La version en français, aussi publiée sur le site de DFQ (<http://www.diffusion-focusing.org/doc/gendlin/pse-tae.pdf>) a été faite par moi (sites consultés le 21 mai 2013). Je les synthétise ici.

#### **PHASE 1 : LES ÉTAPES 1 à 5 PARLER À PARTIR DU SENS CORPOREL**

##### **ÉTAPE 1 : FORMATION DU SENS CORPOREL**

Choisir une chose que vous connaissez de manière implicite mais sur laquelle vous n'avez pas pu vous exprimer jusqu'à maintenant. Vous devez avoir le sens corporel de ce sujet, c'est-à-dire une sensation corporelle ressentie mais qui n'est pas tout à fait claire et à laquelle vous pourrez toujours revenir. Ce que vous choisissez de travailler doit être dans un domaine que vous connaissez et dans lequel vous avez de l'expérience.

À partir de votre sens corporel, écrivez en une courte phrase le noyau central de votre pensée avec un mot clé (À l'intérieur de ça quel est le point vital pour moi ?). Cette proposition est un point de départ. Écrivez un exemple spécifique, un événement ou un moment où cela se produit actuellement.

##### **ÉTAPE 2 : LE PARADOXE**

Écrivez un énoncé illogique car ce qui semble illogique peut s'avérer être important et il ne faut pas le laisser échapper. Si vous avez de la difficulté à écrire un énoncé illogique, vous pouvez écrire un paradoxe ou quelque chose est nommé « X » et aussi non « X ».

##### **ÉTAPE 3 : DONNER LA DÉFINITION USUELLE DES MOTS.**

Écrivez la définition usuelle du mot souligné (celle du dictionnaire) à l'étape 1 et remarquez que ce n'est pas ce que vous pensez. Ce mot pourrait communiquer quelque chose de plus. Si vous essayiez de dire quelque chose de nouveau, aucun des mots dans leur sens public usuel ne pourra le nommer exactement. Revenez à votre sens corporel et voyez si un autre mot simple se présente pour dire ce que vous pensez. Assurez-vous que ce ne soit pas juste un synonyme, mais bien un mot avec un sens quelconque différent. Revenez à votre sens corporel et laissez venir un troisième mot. Acceptez le fait qu'il n'y a pas de mot établi pour ce que vous connaissez. Aucun mot ne va. Aucun mot ne peut convenir, si ce que vous avez à dire est nouveau.

**ÉTAPE 4 : ÉCRIRE UN ÉNONCÉ POUR DIRE CE QUE VOUS AIMERIEZ DIRE.**

Quoique vous ne puissiez changer le langage public, vous pouvez écrire un nouvel énoncé complet ou une phrase pour dire ce que vous auriez souhaité comme sens pour chaque mot. Demandez-vous pour chaque mot: Qu'est-ce que ce mot en provenance de mon sens corporel porte et que les deux autres mots n'ont pas ? Insistez pour que votre description parle à partir de votre sens corporel. Attendez jusqu'à ce que vous ressentiez tout le sens à partir de votre sens corporel, même si pour plusieurs d'entre vous ce message ne pourra pas être compris tout de suite. Vous pouvez avoir besoin de nouveaux énoncés pour dire ça.

**ÉTAPE 5 : ÉCRIRE AVEC DES ÉNONCÉS LINGUISTIQUEMENT INHABITUELS.**

Écrivez une ou deux phrases quelque peu singulières afin de développer encore plus amplement ce que vous voulez maintenant dire par chacun des mots ou des énoncés. Soulignez ce qui est nouveau et important. Laissez s'exprimer ce qui est nouveau et spécifique dans votre sens corporel en un langage nouvellement formulé. Écrivez une « enfilade » avec les mots nouveaux et les propositions et ajoutez-y « ... ». Jouez avec l'ordre et la grammaire. Éliminez les mots excédentaires jusqu'à ce que vous ayez une phrase qui vous plaît. (L'espace « ... » indique que tous les mots portent toujours le sens corporel).

**PHASE 2 : LES ÉTAPES 6 à 8  
MODÉLISER À PARTIR DE FAITS CONCRETS  
PRÉSENTANT DIFFÉRENTES FACETTES**

**ÉTAPE 6 : RASSEMBLER DIFFÉRENTES FACETTES**

Choisissez des facettes (exemples) et écrivez-les avec les détails qui les relient à votre sens corporel. Soulignez ce qu'il y a de spécifique dans chaque facette. Une facette n'a pas besoin d'illustrer tout votre ressenti. Ça peut être n'importe quel événement en lien avec votre sens corporel, incluant les moments où il se présente, ce que quelqu'un a dit, n'importe quel incident même si vous ne pouvez pas dire pourquoi ils sont pertinents. Les idées générales et les métaphores ne sont pas des facettes car ce ne sont pas des événements actuels. Chaque exemple est plus important (d'un niveau plus élevé) qu'une généralisation parce qu'il porte une spécificité interne. Dans chaque événement réel de la vie, vous pouvez éventuellement découvrir quelques structures complexes qui y sont inhérentes.

**ÉTAPE 7 : PERMETTEZ AUX FACETTES DE CONTRIBUER AUX DÉTAILS DE LA STRUCTURE.**

Notez qu'il y a plusieurs relations intriquées dans les détails. Trouvez une relation entre quelques détails qui est en lien avec votre ressenti corporel. Dans chaque expérience actuelle il y a, entre les détails, des relations qui peuvent nous donner une nouvelle élaboration. Laissez chaque facette vous donner un modèle spécifique que vous n'aviez pas avant. Pour la valider, appliquez cette relation à une situation différente. Formulez ensuite cette relation en termes généraux pour en faire un modèle qui pourra s'appliquer à plusieurs autres situations. Exemple : Le dentiste me parle de ses politiques pendant qu'il tient une ouate dans ma bouche avec son pouce. Les enfants, les prisonniers et les employés n'ont pas la possibilité de



répondre (répliquer). Le modèle est : Parler à une personne qui n'est pas en mesure de répondre peut être intrusif.

#### ÉTAPE 8 : LE CROISEMENT DES FACETTES

Vous pouvez vous demander : Qu'est-ce qui apparaît dans la deuxième facette, qui est sous-entendu dans la première ? Écrivez une phrase pour capturer tout nouveau modèle que vous désirez conserver. Le « croisement » signifie attribuer un point d'une facette à une autre facette. Quel nouvel aspect de la première facette peut apparaître si vous tentez de le comparer en lui attribuant le même modèle que celui de la seconde facette ?

Croiser deux choses implique de considérer le premier item comme s'il était un exemple de l'autre. Vous pouvez alors obtenir quelque chose de plus si vous considérez également le deuxième comme un exemple du premier. Si aucune facette ne contient l'ensemble de votre idée, cette vue d'ensemble peut se trouver par le croisement des facettes.

#### ÉTAPE 9 : ÉCRIVEZ LIBREMENT

Arrivé à cette étape, écrivez librement ce que vous pensez. C'est un espace libre pour écrire ce que vous avez compris de tout ça, ce qui dans ça est emballant, stimulant, nouveau.

### PHASE 3: LES ÉTAPES 10 à 14 CONSTRUIRE LA THÉORIE

#### ÉTAPE 10 : CHOISIR LES TERMES ET LES RELIER

Choisissez trois mots ou expressions qui seront temporairement vos principaux termes. Nommez-les « A », « B » et « C ». Un terme n'est pas une phrase. Par exemple : « Quelque chose qui bouge de l'intérieur » est un terme. Regardez vos mots, énoncés et modèles provenant de l'ensemble des étapes précédentes. Faites une liste des candidats possibles comme termes principaux. Choisissez ce qui vous semble le plus important. Imaginez un triangle reliant les trois termes. Choisissez les termes de manière à ce que le plus de territoire possible soit couvert et que votre nœud central soit à l'intérieur du triangle. D'autres idées importantes pourront être ajoutées à l'étape 12. Puisque les termes proviennent du même sens corporel, il doit y avoir une manière d'en faire une connexion valide en disant par exemple A EST B pour marquer la place ou un nouveau modèle pourra émerger. Assurez vous de conserver le nœud de votre sens corporel.

Vous pouvez jouer librement avec plusieurs phrases possibles reliant les termes. Vous jouez ainsi avec une logique ouverte, non fixée et en lien avec votre sens corporel.

#### ÉTAPE 11 : QUESTIONNEZ L'ESPACE DES RELATIONS INHÉRENTES ENTRE LES TERMES

Ajoutez le mot « inhérent » après le « est » dans chacune de vos phrases. A est inhérent à B. A est inhérent à C. Vous ne savez pas encore la signification qui en découlera. Le lien inhérent n'est pas quelque chose qui est toujours bien connu dans l'espace public. C'est plutôt votre sens de « A » qui est toujours quelque chose qui va avec « B ». Le lien inhérent n'est pas le facteur public indiqué, mais plutôt quelque chose qui porte un sens implicite

allant au-delà de la logique. Ex : L'attente est un cadeau de l'attention, et le cadeau de l'attention est quelque chose qui permet une nouvelle croissance. Le nouveau terme est « le cadeau de l'attention ».

Plongez dans l'intrication du sens corporel pour en ressortir la raison pour laquelle A est inhérent à B. Comment sont-ils connectés? Quelle est la véritable nature de A et celle de B? Nommez la connexion inhérente. Ce lien que vous nommez est un nouveau terme. Cela requiert d'accéder au sens corporel derrière les termes.

Une théorie de la pensée au seuil d'émergence est à la fois logique et expérientielle. Le signe d'égalité n'éliminera pas l'intrication différente de chaque terme. C'est pourquoi l'équivalence peut être excitante et informative. Du côté logique formel les deux termes sont interchangeables, mais dans leur aspect expérientiel l'équation inhérente est une compréhension. Ce n'est pas une équation de deux unités identiques comme  $1=1$ .

#### ÉTAPE 12 : CHOISISSEZ LES TERMES PERMANENTS ET EMBOITEZ-LES

Demandez vous comment votre nœud central de réflexion peut être établi en utilisant quelques termes et certains des liens inhérents que vous avez trouvé à l'étape 11. Formulez la phrase de façon à ce qu'un terme principal « soit » une combinaison des autres termes que vous avez choisi pour établir votre nœud. Choisissez trois ou quatre termes principaux. Vous pourrez en introduire d'autres plus tard. Emboitez vos termes. Le nœud illogique est défini dans chaque terme, et pas seulement entre eux. Chaque terme est maintenant défini par un énoncé qui consiste en une combinaison quelconque de tous les autres termes. Développez plus de spécificité dans les énoncés et des relations logiques entre les nouveaux termes. Lorsque le système opère à la fois logiquement et en accord avec le sens corporel les inférences avancées peuvent être merveilleuses, surprenantes et tout à fait significatives.

#### ÉTAPE 13 : APPLIQUEZ VOTRE THÉORIE EN DEHORS DE VOTRE DOMAINE

Cette étape est un entracte où le nouveau modèle composé par vos termes sert de modèle. Appliquez votre modèle à un ou plusieurs grands domaines tels, l'art, la religion, l'éducation, la métaphore. Voyez comment votre modèle peut vous permettre de dire quelque chose concernant la nature humaine, la société, l'État, les groupes, les relations interpersonnelles, les sciences physiques, la vérité, la beauté, l'éthique, l'écriture, la sexualité, le langage, etc. N'importe quelle question ou événement peut aussi être compris d'une manière intéressante à travers votre nouvelle théorie. Le modèle qui vient d'être articulé existe dans l'expérience humaine parce qu'il est apparu dans nos facettes et l'application de la nouvelle théorie peut révéler quelque vérité connue ou à connaître.

#### ÉTAPE 14 : EXPANSIONNEZ ET APPLIQUEZ LA THÉORIE DANS VOTRE CHAMP

Ceci est la partie sérieuse du développement de votre théorie. Ce développement peut se poursuivre pendant plusieurs années. Pour élargir votre théorie vous pouvez demander : Quelle question se présente maintenant, ou à quelle compréhension plus avancée cette théorie peut-elle conduire, ou quel facteur rapproché n'est pas couvert ? Vous pouvez élargir votre théorie car des distinctions et des implications s'en suivent sans qu'on les invente. Vous pouvez même réaliser que vous avez dérivé une importante question dont vous ne vous étiez jamais préoccupé. Lorsque la théorie vous renvoie quelque chose, c'est qu'il y a une raison et vous devez la trouver. La théorie a une fonction sociale. Pouvoir parler précisément à partir de votre sens corporel construit votre compréhension dans vos propres mots.

## ANNEXE 2

### ÉLABORATION DU SYSTÈME DE CODIFICATION

J'ai complété la transcription des données vers la mi-janvier 2013 obtenant un cahier de 174 pages constituant la matière première pour notre compréhension du phénomène. En parallèle avec la transcription et la relecture des données, quelques images ont commencé à surgir dans mes pensées. Ce travail, purement intuitif, a été alimenté par une recherche d'images sur le Web à partir de mots clés tels : chaos, fragments, émergence, champ, etc. À partir de ces images, j'ai composé le 6 janvier un premier schéma explicatif de la démarche du groupe. Ce schéma représente ma compréhension du phénomène d'émergence du collectif et du travail de la Pensée au Seuil d'Émergence (PSE) qui peut être fait à partir du collectif. À cette représentation en images, j'ai ajouté des propositions selon un ordre allant toujours de l'individuel vers le collectif puis vers l'émergence : (1) Les pensées forment un champ, (2) Les personnes entre elles forment un champ, (3) Parfois ce champ est perturbé (on a ici toutes les connaissances sur la dynamique des groupes pour travailler ça, (4) Dans un groupe, l'ensemble des perturbations crée le chaos et parfois le schisme, (5) Il y a communauté lorsque le champ est harmonisé, (6) L'harmonisation du champ est un travail de nature spirituelle, (7) La pratique et la connaissance de ce champ renforce l'humanité, (8) À partir de ce champ les connaissances peuvent converger, (9) Lorsqu'il y a communauté, la tâche d'émergence peut aussi commencer... et produire de nouvelles connaissances. Le schéma de nature intuitive ainsi produit comprend toute l'intrication expérientielle qui m'était accessible à ce moment-là. Il comprend aussi plusieurs allusions faites dans les rencontres concernant ce qui s'y passait au niveau énergétique. À partir de cette représentation, j'ai fait un premier survol des données pour y recueillir quelques facettes de l'expérience vécue des acteurs (24 en tout). Pour ma récolte, j'ai pris soin de choisir des exemples dans chacun des entretiens individuels et dans les cercles. Je fais ici clairement référence au processus de Gendlin et plus précisément aux étapes 6 (rassembler différentes facettes) et 7 (permettre à chaque facette de contribuer aux détails de la structure)<sup>91</sup>.

À l'étape 6 du processus de la PSE, Gendlin précise que : «Chaque exemple est plus important (d'un niveau plus élevé) qu'une généralisation parce qu'il porte une spécificité interne. Dans chaque événement réel de la vie, vous pouvez éventuellement découvrir quelques structures complexes qui y sont inhérentes.»

À l'étape 7 du processus de la PSE il nous est demandé de trouver dans chaque expérience relatée une relation susceptible de nous conduire vers une nouvelle élaboration. C'est ce qu'il nomme le «modèle spécifique» et il précise que ce modèle une fois extrait et formulé en termes généraux peut s'appliquer à plusieurs situations.

Afin d'illustrer ces deux étapes qui sont très importantes dans le modèle PSE, je présente ici un exemple ou l'on procède à l'extraction d'un modèle et à son application à une autre situation.

---

<sup>91</sup> Voir la description complète du processus de la Pensée au Seuil d'Émergence (PSE) en annexe 1.

## EXEMPLE D'UN MOMENT DE VIE ET DE SA MODÉLISATION

«J'avais envie d'être en relation avec des gens qui connaissaient cette approche depuis longtemps. Je me disais : «Si je suis en contact avec eux, il y a quelque chose qui va perfuser de leur expérience en moi. Je vais apprendre quelque chose d'intéressant. Ces gens-là m'intéressent parce qu'ils sont intéressés par une approche qui m'intéresse.» J'ai «*jumpé*» dedans. Il y avait 11 personnes qui pratiquaient cette approche depuis 10, 15, 20 ans et qui décidaient de faire quelque chose ensemble. C'était super parce que moi je commençais. C'était nouveau pour moi cette pratique et ça me passionnait. Ça a été une opportunité.» (Extrait des données d'entretien, p. 15)

Le modèle est : Participer à un projet avec des gens qui ont des compétences et des connaissances offre une occasion d'apprendre. L'intérêt est alors personnel car il permet d'aller chercher beaucoup d'expérience.

L'application à une autre situation (déjà fournie par le participant p. 16) serait : «C'est un peu comme si j'avais maintenant une opportunité d'entrer dans un groupe qui me montrerait le cinéma... et que je n'aurais que quelques heures à consacrer à ça et je pourrais avec ça aller chercher beaucoup d'expérience et d'expertise. Je le ferais. C'est un intérêt personnel d'apprendre.» (Extrait des données d'entretien, p. 16)

### Émergence et représentation des catégories

Parce que j'avais un assez grand volume de données et que je commençais à y percevoir intuitivement un sens, j'ai décidé de les traiter selon la méthode de l'arbre thématique utilisée en analyse qualitative (Paillé et Muchielli, 2008) (Mukamurera, Lacourse et Couturier, 2006). J'ai regroupé les 24 extraits choisis<sup>92</sup> sous différents thèmes en me demandant tout simplement : «De quoi ça parle?». Sont d'abord apparus 13 grands thèmes d'exploration dont certains ont pu être regroupés afin d'identifier six catégories qui ont été ensuite placées dans un premier schéma explicatif constituant le cadre d'analyse tel qu'illustré au chapitre IV. Les catégories sont en fait devenues des phases de la vie et de l'émergence des communautés.

Selon Peck (1994) et Wheatley (1992, 2005), l'organisation est un processus et non une structure. Il semble donc adéquat de proposer un modèle processuel se déployant en différentes phases que nous tenterons par la suite de décrire et de comprendre dans leur fonctionnement général. Les 13 thèmes identifiés au départ sont conservés dans l'arbre thématique et des sous-thèmes y sont rattachés afin de préciser encore ce dont parlent les données (voir l'arbre thématique à l'annexe 3).

---

<sup>92</sup> Les extraits choisis sont des facettes de diverses expériences vécues par les participants. Cette étape qui a été réalisée entre le 5 et le 7 janvier 2013 est relatée plus en détail dans le journal de bord. Presque tout le système a émergé pendant cette période de façon tout à fait intuitive. La première itération du modèle émergent a été faite le 15 janvier 2013, la codification entre le 23 janvier et le 3 février 2013, et le modèle de l'arbre thématique le 3 février 2013.

### Systeme de codification

Le système de codification des données permet de les organiser selon six phases. Le code, formé de lettres et de chiffres, contient en fait quatre données descriptives et deux données d'inférence. Les données d'inférence sont le 1<sup>er</sup> et le 4<sup>e</sup> code, soit : PHA (phase) et NIV (niveau discursif). Afin qu'il soit plus facile de les repérer dans le texte, j'ai aussi associé une couleur à chaque phase. La variable PHASE découle de la notion de système et la variable NIVEAU DISCURSIF est en lien avec la théorie de l'experiencing et le modèle de construction de théorie de la Pensée au Seuil de l'Émergence, étapes 6 et 7, où l'on recherche des «données réelles de la vie» pour construire un modèle explicatif.

PHA	PRO	PAR	NIV	SÉQ	ADR
1	2	3	4	5	6

PHA : PHASE (CODE 1)

- 1B : Première phase (ACCUEIL) couleur bleue
- 2V : Deuxième phase (PARTICIPATION) couleur verte
- 3R : Troisième phase (RELATION) couleur rouge
- 4M : Quatrième phase (COLLECTIF) couleur marron
- 5J : Cinquième phase (ÉMERGENCE) couleur jaune
- 6P : Sixième phase (ENGAGEMENT) couleur prune

PRO : PROVENANCE (CODE 2)

- EN : Entretien individuel
- C1 : Premier cercle
- C2 : Deuxième cercle
- C3 : Troisième cercle

PAR : PARTICIPANT (CODE 3)

P0 à P11

NIV : NIVEAU (CODE 4)

- 1GR : Extrait des interactions directes du groupe
- 1VI : Moment de vie/ interaction directe entre les participants
- 2VI : Moment de vie particulier raconté par un participant
- 3GÉ : Expérience générale de vie non située dans un temps et un lieu

SÉQ : SÉQUENCE (CODE 5)

Numéro séquentiel selon l'ordre où l'extrait apparaît dans le recueil des données

ADR : ADRESSE (CODE 6)

Numéro de la page dans le recueil des données

### Un exemple de codification

L'exemple déjà présenté à la page 103 peut illustrer le système de codification. Dans cet exemple, la personne (P1) raconte un moment dans sa vie où elle a pris la décision de travailler avec des gens qui pratiquaient une approche, dans le but de mieux intégrer cette approche. Il est codifié comme suit :

2V	EN	P1	2VI	001	p.15
1	2	3	4	5	6

1 PHA : L'exemple parle de participation (2V : phase 2, couleur verte).

2 PRO : L'exemple provient d'un entretien individuel (EN).

3 PAR : Il s'agit du participant P1 (P1).

4 NIV : Il s'agit d'une donnée de niveau 2VI parce qu'elle provient d'un moment de vie spécifique ayant un temps et un lieu et qui a été raconté par un participant.

5 SÉQ : Il s'agit du premier extrait tiré du recueil des données (001).

6 ADR : On retrouve cet extrait à la page 15 du recueil des données (p. 15).

Même si la donnée est codée 2VI, je tiens à préciser que pour y entrer et pour en laisser émerger le sens corporel, la personne devra probablement situer plus précisément un temps et un lieu autour de cet événement. Elle pourrait par exemple revenir en pensée à une rencontre ou à une conversation qu'elle aurait eue avec une personne et, à partir de là, ressentir à nouveau l'évènement.

### Mise en œuvre du système de codification

À partir de ce système, il a été possible d'identifier, dans le cahier de transcription des entretiens et des cercles, 447 extraits dont la plus grande partie (soit 63%) est constituée de données générales (Niveau 3GÉ). Les données de niveau 1 et 2 sont des points nodaux se situant directement au cœur de l'expérience individuelle et collective. Ce sont des moments clés de la vie des personnes et de leurs interactions au sein des communautés à différentes phases de leur intégration allant de la participation initiale (premier contact (1B), première formation ou implication dans un projet en commun (2V)) jusqu'à la possibilité de participer à l'émergence d'une nouvelle communauté de pratique (6P). Les données des trois niveaux sont réparties dans les 6 phases identifiées dans le système. Le tableau de la répartition observée entre les variables PHASE et NIVEAU DISCURSIF est présenté ci-après au Tableau de la répartition des données selon les PHASES et NIVEAUX DISCURSIFS. Les données de premier et deuxième niveau (1GR, 1VI, 2VI) sont au nombre de 167, soit 37% des données d'analyse. C'est à partir de ces 167 extraits que le modèle explicatif est élaboré.

Tableau de la répartition des données selon les phases et niveaux discursifs

PHASE	NIVEAU DISCURSIF				TOTAL
	1GR	1VI	2VI	3GÉ	
ACCUEIL (1B)	17	1	4	25	47
PARTICIPATION (2V)	14	1	26	80	121
RELATION (3R)	19	4	20	39	82
COLLECTIF (4M)	4	2	5	33	44
ÉMERGENCE (5J)	21	7	14	93	135
ENGAGEMENT (6P)	3	1	4	10	18
TOTAL	78	16	73	280	447

Niveaux 1 et 2 combinés et niveau 3      167 MOMENTS DE VIE      280

À partir de cette codification, les 167 extraits ont pu être regroupés selon les six phases, en conservant les thèmes d'origine tout en laissant le système ouvert pour des ajouts éventuels. L'arbre thématique résultant de cette classification est présenté à l'annexe 3.

### Un exemple de collage en enfilade

Dans le processus d'analyse, chacun des 167 extraits, après avoir été identifié à une phase, a été modélisé. Les modèles ont été regroupés afin de former des bouts d'histoire qui ont par la suite été formulés sous la forme d'énoncés. Voici un exemple de cette opération

(1) C'était l'hiver et je lisais le livre «La route de l'espoir»... je l'ai lu jusqu'à la dernière goutte... à la fin dans les notes il y avait une référence et je me suis dit : «*Vu qu'il en parle dans son livre, je veux aller à un atelier.*». J'ai fouillé un peu, j'ai obtenu un numéro de téléphone et j'ai fait des arrangements pour pouvoir aller à un atelier aux États-Unis. (1B,EN,P7,2VI,012,p.20).

(«) On m'avait conseillé de lire ce livre... et... du coup... j'ai lu tous les livres de cet auteur... Et j'ai cherché un groupe... Parce que ça me semblait extrêmement cohérent... C'était une révélation... J'ai dit ça... ça m'intéresse beaucoup... À l'époque on trouvait facilement ces livres là... Et j'ai contacté une personne... Je suis allée faire un atelier... Ça m'a intéressée... parce que je suis restée... (1B,EN,P3,2VI,090,p.48).

(3) C'est une amie... qui savait que j'étais intéressé par la communauté... qui m'a fait suivre une invitation qu'elle avait reçue pour un atelier... Donc... j'ai lu ça... et... dans le courriel... il y avait un lien sur leur site... et j'ai lu tout ce que j'ai trouvé là... dont un texte intitulé *Communitas*... (2V,EN,P9,2VI,165,p.69).

Le modèle combiné est : Après avoir lu jusqu'à la dernière goutte un livre (1) traitant de la pratique de l'attention inter humaine et en avoir été profondément touché ((1) et (2)), ils chercheront à participer à un premier événement ((1) et (2)) ou /ayant été informés de l'approche lors d'une conversation (3), iront sur Internet (3) et prendront ensuite contact pour la découvrir ((1), (2) et (3)).

## ANNEXE 3

### ARBRE THÉMATIQUE

L'arbre thématique fait ressortir, à partir des contenus, une représentation globalisante (Muchielli et Paillé, 2003; Huberman et Miles, 1991) qui comporte trois niveaux de ramification et reste ouverte à l'inclusion éventuelle de thèmes ou de sous-thèmes qui pourraient émerger des interactions du groupe. Pour le composer, j'ai travaillé avec les 167 extraits constitués des moments de vie identifiés dans les communautés. Faisant des rapprochements entre les contenus des extraits, je les ai regroupés sur la base où je percevais que «ça parlait de la même chose» et que ce dont ça parlait pouvait être nommé en une expression ou en quelques mots. Les phases sont au nombre de 6 et les thèmes généraux au nombre de 13, et ils sont identifiés par un ou deux mots. Lorsque qu'une phase ne contient qu'un seul thème, le mot utilisé reste le même (ex : la phase de l'accueil et le thème de l'accueil). Les sous-thèmes sont au nombre de 35, identifiés par une expression. Il pourrait y avoir des ajouts de sous-thèmes si, par exemple, quelque chose dont nous n'avons jamais parlé apparaissait dans une nouvelle rencontre. L'arbre thématique est présenté au cahier de codification en indiquant le numéro de référence des extraits identifiés à chaque sous-thème.

PHASES	THÈMES	SOUS-THÈMES	
ACCUEIL	ACCUEIL	(1) Participation et identité	
	ACCUEIL	(2) L'accueil du nouveau	
	ACCUEIL	(3) La présence (être là)	
	ACCUEIL	(4) Soins et appartenance	
PARTICIPATION	FORMATION	(5) Immersion dans une nouvelle pratique	
	FORMATION	(6) Le défi du non linéaire	
	FORMATION	(7) Découverte du monde intérieur et de l'écoute	
	FORMATION	(8) Fondements théoriques et apprentissage expérientiel	
	PRATIQUE	(9) Laboratoire et culture du cercle	
	PRATIQUE	(10) Pratique réflexive individuelle et collective	
	SERVICES	(11) Inclure les pratiques dans le tissu social	
	SERVICES	(12) Se définir en tant qu'institution	
	SERVICES	(13) Reconnaître ses sources	
	SERVICES	(14) Bâtir ensemble	
RELATION	PRÉSUPPOSÉS	(15) Besoin de nommer les choses et de reconnaître les attentes	
	PRÉSUPPOSÉS	(16) Anatomie d'une exploration des présupposés	
	PRÉSUPPOSÉS	(17) Appréciation critique de la démarche	
	PRÉSUPPOSÉS	(18) Vouloir dépasser le conflit- se rejoindre	
	EXCLUSION	(19) Vécu du groupe sur l'exclusion	
	EXCLUSION	(20) Partages sur des problématiques d'inclusion/exclusion	
CONFLITS STRUCTURELS	CONFLITS STRUCTURELS	(21) Anatomie d'un conflit structurel	
	CONFLITS STRUCTURELS	(22) Histoires de cas conflit structurel	
	TÂCHE COMMUNE	(23) Clin d'œil sur une tâche	
	COLLECTIF	COLLECTIF	(24) Dynamique personnelle
		COLLECTIF	(25) Passage au collectif
COLLECTIF		(26) Un projet inclusif	
ÉMERGENCE	CONVERGENCE	(27) Poursuite d'un but commun	
	CONVERGENCE	(28) Inconfort devant l'inconnu	
	CONVERGENCE	(29) Voir la convergence en action	
	CHAMP	(30) Une dimension intangible	
	CHAMP	(31) Se rejoindre dans la profondeur	
	CHAMP	(32) Partager un champ commun – ou pas...	
FRONTIÈRES	FRONTIÈRES	(33) Entre deux chaises	
	ENGAGEMENT	(34) S'engager	
	ENGAGEMENT	(35) Hésiter	



## ANNEXE 4

### EXPLORATION DES PRÉSUPPOSÉS

EXTRAITS : 413, 417, 419, 430, 431<sup>93</sup>

**P1** : Moi ce qui me manque aujourd'hui... Et ce que je trouve qui manque dans ce groupe... c'est que je ne suis pas en contact avec les individus...

**P11** : Tu ne l'es pas ou tu le perds?...

**P1** : Je ne sens pas le contact avec les individus. Je le sens un peu plus avec certains avec lesquels la connexion est déjà établie... Mais les autres... P11 peut-être...

**P11** : ... Oh... là... moi... je le sens de moins en moins (rires)...

**P1** : (Avec conviction)... Nous quand on fait nos groupes on commence toujours par s'ouvrir... par dire où on est... Et en quelque part... je trouve que c'est comme dire... regardez... je me montre... je montre qui je suis dans ma vulnérabilité... Et l'autre fait pareil... Et... là j'inclus un peu plus l'autre... et l'autre m'inclus un peu plus... Il y a quelque chose de chaleureux et de complice qui s'établit... Je le sens un peu plus avec toi (P10 ou P8)... c'est peut-être la proximité... ou le fait que tu parles plus que d'autres... Alors... quand on parle on se livre... Quand je parle je me rends vulnérable... Oui... tu peux me dire... non je ne suis pas d'accord avec toi... Mais quand on ne parle pas... [Pause... hésitation]... Est-ce que j'ai l'air de pointer une personne (rires)... Je devrais dire quand on parle moins (rires)... Mais... non... il y a un fond qui pense ça... quelque chose en moi qui pense ça... Je n'ai pas la prétention de dire que je suis bonne... Je suis très humaine et pleine de défauts... Et je ressens plein de choses... que je ne contrôle pas toujours... J'aimerais être meilleure que ça... Mais... C'est juste pour te dire P4 que ça manque... cet espèce de contact un peu plus au niveau de l'individu...

**P11** : Je sens la même chose et l'image qui me vient c'est comme si on est dans une certaine danse... slave... où chacun va à tour de rôle dans le milieu de la place... et danse... puis on revient à notre place (rires)... C'est une communauté... on est réunis pour passer une bonne soirée ensemble... et on danse... Mais... effectivement... ce n'est pas un *set carré*... C'est l'image qui me venait... Ça explique que j'aimerais mieux un *set carré* où on bouge ensemble (rires)... Depuis tantôt j'ai cette image-là... Mais ça crée un cercle quand même... Je me sens dans un cercle... dans un groupe... Je me sens partager un espace...

**P1** : Mais moi je ne me sens pas bien... Ah non... Et la dernière fois c'était encore pire... Là... aujourd'hui... je suis venue pour voir si je suis complètement à côté de la *track*... et que je ne devrais plus jamais être dans ces cercles-là... Mais... c'est sûr qu'il y a une grosse composante qui m'appartient... Je le prends... Mais il y a quelque chose aussi qui appartient au groupe...

**P8** : Aujourd'hui moi je parle beaucoup... et je vais encore parler... C'est peut-être aussi une question de culture... parce que votre approche c'est un peu différent de l'esprit communautaire... et de la CNV... Chaque groupe a ses pratiques... Pourquoi le fait qu'il y a des gens dans le cercle qui ne parlent pas c'est signifiant... Parfois j'ai tendance à le voir

---

<sup>93</sup> Le thème 16 regroupe les cinq extraits portant les numéros séquentiels 413, 417, 419, 430 et 431. Le numéro séquentiel, 5<sup>e</sup> variable de la codification, permet de resituer chaque extrait dans le recueil des données, la sixième variable étant le numéro de page du recueil où se trouve cet extrait.

comme dans le jeu de cartes... le joker... Le joker peut avoir toutes les significations possibles... et il peut aussi ne jamais servir... Mais tu as raison... Ça interpelle toujours... Et... en même temps... c'est comme... ça doit être comme ça si ça doit être comme ça...

**P1 :** (Interrompant) Mais je ne suis pas obligée de me sentir bien avec ça (rires)... Si j'ai de la place... Si vous ne m'excluez pas... Moi aussi je peux dire comment je me sens... Je peux me taire... Mais je peux dire comment je me sens...

**P8 :** (Reprenant la parole) Je ne veux pas en faire un dialogue mais... quand P4 dit... on est chacun responsable de la conduite... C'est essentiel que ça émerge et qu'on le dise et qu'on le mesure... et qu'on voit ce que ça donne...

**P9 :** Moi par contre ça me satisfait... J'ai le même besoin... je pense... de sentir une connexion... Mais... peut-être que c'est à un degré différent... Mais pour moi... s'il y a juste des gens que je ne connais pas... ou très peu... Et là... j'ai l'impression que je vous connais déjà plus que la dernière fois... Et P11 je ne le connaissais pas du tout... Et puis... c'est vrai que lui il a parlé quand même... Et ce que j'en dis de ça... C'est que pour moi... je ne pense pas que... ce n'est pas grave... Il y a quelque chose dans le ressenti où je découvre chaque être... une partie que je n'avais pas vue la fois d'avant... C'est comme un trésor... Ça me comble... Et ce n'est pas une critique de ta position...

**P1 :** Non... je t'entends...

**P9 :** On vit la même chose...

**P8 :** En fait... ce que tu as exprimé... c'est qu'il te manquait la relation chaleureuse à chacun des membres du groupe... C'est comme ça que tu as commencé... Tu as commencé par exprimer un manque... Tu as dit... dans ce groupe-ci... maintenant... il me manque ça...

**P1 :** Oui...

**P8 :** Et c'était la relation directe... chaleureuse... avec chacun...

**P1 :** Pas directe... chaleureuse... mais... quand j'entends quelqu'un... quand on fait un tour... en général... tout le monde va parler... mettons... C'est sûr qu'il y a des gens qui vont s'abstenir... Mais... ce que je veux dire... c'est que... quand quelqu'un parle... en général c'est pour se dévoiler... Et... le fait de se dévoiler... pour moi ce que ça me dit... c'est... regarde... moi je ne me sens pas nécessairement supérieur à toi... ou moi je suis prête à mettre cartes sur tables... ou... regarde... Je m'ouvre à toi... Et il y a quelque chose de chaleureux juste dans le fait de faire ça... Il ne faut pas nécessairement que la personne s'adresse à moi en particulier... Mais qu'elle s'adresse au groupe... Parce que... on interprète beaucoup en fonction de ce qu'on voit... Et souvent les gens sont ailleurs... Comme en ce moment... bon... je dis tout ça... mais je ne sais pas où tu es P7... Je ne te dis pas de parler non plus... Mais si tu avais parlé... je ne sais pas moi... Si tu étais arrivé et que tu avais dit... aujourd'hui je n'ai pas envie de parler... ou je me sens à telle ou telle place pour ça... Pour moi ça aurait été déjà... ah... je sais où il est... Mais là je ne le sais pas... Et je me fais toutes sortes d'imaginations... Je sais que ça m'appartient... mais je ne suis peut-être pas toute seule comme ça... Bon... ou bien je suis toute seule... si tout le monde a l'air confortable... enfin c'est moi... Ça me rassure... Parce qu'on arrive tous avec un bagage différent... Et moi j'ai connu l'exclusion... J'ai été exclue de groupes... Je sais comment ça fait mal... Et probablement que tout le monde ici l'a vécu... Et j'ai une certaine sensibilité à ça... Alors... venir dans un groupe pour moi c'est quelque chose de très éprouvant... très dangereux... et jusqu'à un certain point... je me questionne à savoir si je vais continuer... C'est là que j'en suis... [Pause]...

**P11 :** Moi je dirais que... contrairement à toi... Je sens P7 très présent... Et... voilà... Depuis tantôt que je le regarde... Il est en face de moi... Et je sens une présence très forte... C'est vrai que quelque part j'aurais aimé en savoir un tout petit peu... au tout début... Et là... finalement... je me dis... que j'aime bien sa présence silencieuse et c'est assez... Alors pour moi c'est très différent...

**P10 :** Moi je peux dire...

**P7 :** (Interrompant) Bon... moi je m'appelle P7... Alors... je suis très... très mal à l'aise et je... bon... Premièrement... je suis arrivé et je me sentais mal physiquement... bon... Disons qu'en ce moment je me surmène un peu... et ça peut avoir des causes physiques... Ça peut aussi avoir d'autres origines... [Pause] Mais... en ce moment... maintenant là... je me sens très mal à l'aise parce que je ne me sens pas vraiment confiant de m'exprimer... Et ce que je dis... c'est moi là... Mais le rythme de la conversation là... les interruptions là... ça me ramène à du passé... Je me sens comme dans la vie courante... dans une discussion à bâtons rompus... Et on t'interrompt... Alors... je suis très... très mal à l'aise... [Pause]... Ceci dit... maintenant que j'ai pris la parole... je vais plonger... [Pause] Tout à l'heure vous parliez d'exclusion... un groupe peut exclure quelqu'un... mais quelqu'un peut s'exclure du groupe... Et... petit à petit... pendant que je vous entendais parler... Je me rendais compte que c'est en plein ce que j'étais en train de faire... Je me suis complètement exclu du groupe... Peut-être pas d'emblée... mais petit à petit... Et je n'arrive pas à faire le vide... Je n'arrive pas à faire le vide en moi... Je suis dans le jugement... Et... pour moi... je ne connecte avec personne... ici... là... en ce moment... Je le sais... Et c'est bon à savoir... Mais je ne peux connecter avec personne parce que j'avais l'impression d'entendre une vaste discussion intellectuelle... sur c'est quoi la communauté... c'est quoi la communauté de pratique... c'est quoi la communauté d'intention... Je suis très intellectuel... Je peux plonger là-dedans... et je dirais que j'ai fait ça toute ma vie... mais je ne veux plus le faire... Il y a un temps où c'est bon d'être intellectuel... et il faut que je réfléchisse... que j'intellectualise... que je rationalise... Mais là n'était pas du tout mon intention aujourd'hui... Et... je n'ai pas l'impression de me sentir partie de ce cercle... Et c'est peut-être pour ça qu'à un moment j'ai pris le contre-pied... ça ne fait pas mon affaire... alors je me tais... Peut-être que sans les interventions... et une plus précise me pointant... je n'aurais rien dit du tout... Mais... j'ai quand même beaucoup évolué... Je sais qu'à un moment je vais dire ce que je pense parce que c'est important pour moi... Et je juge que c'est important pour le groupe aussi... Mais là... j'étais vraiment parti pour m'exclure... Parce que... tout à l'heure... j'entendais... on fait quelque chose... on construit quelque chose... on a un projet... tout ça... Et je trouve que... tellement souvent... Je vais utiliser une explication que j'ai donnée à des jeunes... je ne sais pas si vous connaissez le groupe Katimavik... On avait une troupe de jeunes pendant un an et demi... qui sont venus dans notre canton... Et j'essayais de leur expliquer le processus du développement de l'esprit de communauté... C'était parfait parce que... on a 11 jeunes et un leader qui doivent vivre ensemble pendant six mois dans une maison... travailler dans la communauté... s'occuper de leur maison... et tout ça... Alors ils ont une tâche... à un moment je leur ai expliqué... Vous êtes là... vous avez forcément une tâche... Il faut que vous appreniez à vivre dans la communauté... à y travailler... Mais vous êtes aussi un groupe... et le groupe doit s'occuper de lui-même... Et même... c'est très important de vous occuper de vous-mêmes... pour que dans votre tâche ça aille mieux... Alors c'est ça le lien théorique que j'expliquais... Mais ici... moi je trouve qu'on ne s'occupe pas du tout de ça...

J'ai l'impression qu'on s'est occupé des problèmes du monde entier depuis le début... mais pas de nous ici... En tout cas moi... je ne me suis pas occupé de moi... Je me suis exclu...

**P11** : Mais P1 s'est occupée de toi...

**P7** : ... alors je suis parti dans la tangente de juger... et de dire... ah... c'est intellectuel... et ça c'est de la grande discussion... Je ne veux pas aller là-dedans... Alors je me suis retiré... et c'est ça que ça a donné aujourd'hui... Je suis vraiment conscient de ça... Et si je compare... il y a des fois où j'ai eu plus le courage de le dire plus rapidement... Cette fois-ci non... je me suis senti intimidé... ou je ne sais pas trop quoi... C'est un peu tard... mais voilà... Alors voilà la raison de mon mutisme... malheureusement... [Pause]...

3R	C3	P1	1GR	413	p.159
----	----	----	-----	-----	-------

**P8** : Je ne connais pas beaucoup P7 mais je sais qu'il est très occupé... Et il a quand même manifesté cet engagement d'être là aujourd'hui... même s'il ne disait rien... Et... en même temps... ce que tu exprimes c'est... moi mon besoin aujourd'hui c'était ça... Moi je ne savais pas ce que c'était mon besoin... et aujourd'hui ça s'est manifesté par l'envie de parler à bâtons rompus et de discuter... Et... en même temps... j'essaie de me dire... ce besoin-là pour moi aujourd'hui... c'était peut-être dans une ébauche de définition du groupe... Qu'est-ce qu'on est... Parce que... moi aussi je suis comme toi très capable de faire des discussions à bâtons rompus... Et... en même temps... j'ai ce besoin-là que tu exprimes dans les niveaux... pour le groupe... Je ne sais pas comment le nommer... Mais celui que je trouve le plus essentiel... c'est celui que toi P7 tu exprimes... Et non pas l'autre à bâtons rompus... Mais... en même temps... il y a comme un besoin d'apprendre à se connaître... de voir d'où on vient... Parce qu'on ne se connaît pas... Alors pour moi... la question de l'engagement... c'est qu'on est quand même tous là aujourd'hui... Et moi je n'ai pas la sensibilité que P1 a... Je n'essayais pas de juger pourquoi tu parlais ou tu ne parlais pas... C'était ton affaire... Ça ne m'incommodait pas personnellement... Mais je suis content que ça ait émergé et de pouvoir constater que quelqu'un s'est soucié d'aller vérifier si tu étais bien... Et... en même temps... tu nous exprimes que tu n'étais pas bien... Tu vois... ça... ça me parle beaucoup aussi... Dans notre communauté de pratique... la pratique qu'on veut... c'est ça... Mais je pense qu'à 4 h 04 on est plus un groupe qu'on l'était à 4 heures moins le quart... (rires)...

**P7** : Je le pense aussi...

**P4 (moi)** : ...Moi aussi...

3R	C3	P8	1GR	417	p.165
----	----	----	-----	-----	-------

**P8** : Mais est-ce qu'il n'y a pas cette nécessité de voir qu'on vient de groupes de pratiques différentes... Donc... qui ont des pratiques différentes... Moi je me sens encore extérieur à vos pratiques... Ce que tu exprimes c'est l'esprit communautaire dans sa façon d'être en groupe... Ce que je sens que P4 et P1 expriment... c'est la façon d'être de leur approche qui est un peu différente... C'est sûr qu'il y a de petits ajustements peut-être à faire... si on veut devenir nous un groupe... Il faut trouver comment...

**P10** : Merci... oui... et la lumière fut...

**P1** : Mais au-delà des pratiques... on est des humains... et on se ressemble dans nos besoins fondamentaux...

**P8** : Mais ce n'est pas suffisant... Je me sens un peu comme caméléon... À un moment donné on choisirait de prendre n'importe quelle direction et je serais confortable... Je me sens comme ça...

**P7 :** ...Moi... le fil conducteur qui ramène tout... que ce soit le Focusing... la CNV... l'esprit communautaire... Le fil conducteur pour moi... c'est une quelconque méthode qui me permet d'être authentique... et d'être vrai dans mes communications... de me permettre d'être moi et de communiquer... Et ça... je n'ai trouvé que ça... Bon... maintenant je suis capable d'être authentique quand je fais l'effort... un peu partout... Il y a encore des endroits où je me méfie... où il faut que je me protège... Mais... dans les groupes en général j'y arrive... Mais... comme vous le voyez... ce n'est pas toujours... toujours évident... Mais c'est la trame pour moi... la permission d'être moi-même... Alors si c'est la CNV... si c'est le Focusing... qui me permet ça... pour moi c'est identique... Pour moi c'est le même bénéfice... [Pause]...

**P8 :** Ça me touche vraiment beaucoup mais... tu as toi-même utilisé le mot mutisme tantôt... Tu as dit... Je vais sortir de mon mutisme... Et... ce que je veux dire c'est que... ce qui te permet d'être authentique... ta façon de le vivre et de le partager avec nous... c'est plus proche de l'approche de l'esprit communautaire... [Pause]...

**P7 :** Bien... j'ai investi longtemps dans cette approche... alors...

**P8 :** Ce que je veux dire c'est que nous n'arrivons pas sans un bagage... Et je ne veux pas dire que ça nuit au groupe... Mais... la pratique de l'esprit communautaire c'est quand même quelque chose d'assez intensément différent... L'idée c'est... pour favoriser cette authenticité là... est-ce qu'il y a deux ou trois points de repères qu'on peut se donner entre nous... Parce que... dans un atelier de développement de l'esprit communautaire... qu'il y ait une ou deux personnes qui ne disent rien pendant trois jours... ça arrive... Et... si tu n'es pas familier avec ça... ce contexte-là... alors ça développe un malaise...

**P7 :** C'est pour ça qu'il y a des facilitateurs par contre...

**P8 :** Ce que nous n'avons pas ici en ce moment...

**P7 :** ... ce n'est pas absolument... dans notre approche... on requiert qu'il y ait au moins deux facilitateurs... dès qu'il y a une dizaine de personnes... Les facilitateurs ont été entraînés pour voir à ces situations là...

**P8 :** Ce que je veux dire... c'est que... si on doit avoir une continuité ensemble... Moi je vais avoir besoin de précisions... Est-ce qu'on fonctionne de telle manière... ou de telle manière... Et je ne connais pas les façons de ton groupe... ni du tien... Ce que tu identifies... moi j'adhère à ça tout à fait... Si on peut se donner un espace où on peut se permettre d'être authentique... Je suis tout à fait partant pour ça...

**P1 :** Moi je dirais que l'authenticité ça n'a pas rapport au groupe auquel on appartient... Parce que partout dans tous les groupes... dans toutes les pratiques... il y a du monde qui tentent d'être authentiques... et c'est bien subjectif de toute façon... l'authenticité... On essaie tous de l'être... On y parvient de façons différentes...

**P4 (moi) :** En fait... je pense que ce que vous commencez à toucher... c'est beaucoup la question du modèle... C'est quoi les règles du jeu finalement...

3R	C3	P8	1GR	419	p.166
----	----	----	-----	-----	-------

**P10 :** J'ai été surprise de l'intervention de P1... parce que... en fait... P7... Moi... le fait que P7 ne parle pas... ça fait partie des choses que j'avais compris... on est libre d'être là où on est chacun... Donc... si on ne veut pas parler on ne parle pas... Et... on a parlé de responsabilité aussi... Donc... on a aussi la responsabilité de dire ce qu'on a à dire... si on n'est pas bien et qu'on ressent le besoin de le dire... le dire... Alors... dans cette perspective-là... pour moi... il n'y avait pas de problème... Je n'étais pas inquiète pour lui... Et... en

même temps... ça me faisait un peu travailler dans le sens que... c'est vrai que quelqu'un qui ne parle pas du tout... ce n'est pas ce à quoi on est habitués... Mais... en même temps... ça marchait encore dans l'idée que... bon... ce n'est pas linéaire... c'est différent... et on est ouvert à accepter des choses comme ça qui... Donc... c'est ça... Ce n'était pas du tout... Pour moi... il n'y avait pas de problème entre guillemets...

3R	C3	P10	1GR	430	p.171
----	----	-----	-----	-----	-------

**P10 :** Et quand P7 disait que c'était très intellectuel... Moi... je n'ai pas eu l'impression... Moi ça m'a nourrie ça... pour toutes sortes de choses... Et j'avais l'impression que le partage partait aussi de choses senties... vécues... qui s'accrochaient pour moi à... Et moi... ça me convenait bien... Et ça m'a fait prendre conscience de choses... Ça m'a allumée aussi sur des choses que je vais mettre en pratique... Je dirais que... dans toutes sortes de moments... il y a eu des lumières... Alors... j'étais contente de comment ça s'est passé... Et... étonnamment... le virage... où tout le monde a dit... là on commence à danser ensemble... Moi je sentais que je me retirais... Alors j'étais à contre-courant... Mais... j'ai comme un parti pris de dire... on est là où on est... Alors je repars avec ça et c'est correct... [Pause]...

3R	C3	P10	1GR	431	p.171
----	----	-----	-----	-----	-------

## ANNEXE 5

### FORMULAIRE DE CONSENTEMENT



FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT (sujet majeur)

#### Rencontres au Seuil d'Émergence (RSE), étude du vivant des communautés de Pratique de l'Attention Inter Humaine (PAIH)

##### IDENTIFICATION

Chercheur responsable du projet : Solange St-Pierre  
Programme d'enseignement : Maîtrise en communication – relations humaines  
Adresse courriel : s.stpierre@videotron.ca  
Téléphone : 514 384 3233

##### BUT GÉNÉRAL DU PROJET ET DIRECTION

Vous êtes invité à prendre part à ce projet de recherche visant à comprendre ce qui motive les gens à s'engager dans une communauté de pratique et donc ce qui fait vivre ces communautés. Les communautés de pratique auxquelles je m'intéresse constituent un apport social important par le fait qu'elles permettent de développer des habiletés relationnelles et communicationnelles (présence, écoute, médiation de conflits, facilitation de processus, autogestion, intelligence collective, etc.). Ce projet est réalisé dans le cadre d'un mémoire de maîtrise sous la direction d'Isabelle Mahy, professeur du département de communication. Elle peut être jointe au (514) 987-3000 poste 3392 ou par courriel à l'adresse : [mahy.isabelle@uqam.ca](mailto:mahy.isabelle@uqam.ca).

##### PROCÉDURE(S)

Votre participation consiste en un premier entretien d'une durée d'environ 1 heure qui sera enregistré et comprendra quelques thèmes touchant votre parcours personnel dans une des communautés de pratique à l'étude (Focusing, Cercles Restaurateurs, Esprit Communautaire Médiation Citoyenne ou Pleine Conscience). Cet entretien pourra être suivi d'une participation à l'une ou l'autre des rencontres de groupe qui vous seront proposées entre septembre et décembre 2012. Chaque rencontre fera l'objet d'un consentement spécifique.

##### AVANTAGES et RISQUES

Votre participation contribuera à l'avancement des connaissances concernant les communautés de pratique, la manière dont elles se créent et leur apport dans le tissu social. Vous demeurez libre de ne pas répondre à une question que vous estimez embarrassante sans avoir à vous justifier. Une ressource d'aide appropriée pourra vous être proposée si vous souhaitez discuter de votre situation (Isabelle Mahy, directrice de recherche est la première répondante). Il est également de ma responsabilité en tant que chercheur de suspendre ou de mettre fin à un entretien lorsque j'estime que votre bien-être peut en être menacé.

### **CONFIDENTIALITÉ**

Il est entendu que les renseignements recueillis lors de cet entretien sont confidentiels et que seuls, la responsable du projet (Solange St-Pierre) et sa directrice de recherche (Isabelle Mahy), auront accès à l'enregistrement et au contenu de la transcription. Le matériel de recherche (enregistrement codé et transcription) ainsi que votre formulaire de consentement seront conservés séparément sous clé par la responsable pour la durée totale du projet. Les enregistrements ainsi que les formulaires de consentement seront détruits 2 ans après les dernières publications.

### **PARTICIPATION VOLONTAIRE**

Votre participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que vous acceptez de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure, et que par ailleurs vous êtes libre de mettre fin à votre participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas les renseignements vous concernant seront détruits. Votre accord à participer implique également que vous acceptez que la responsable du projet (Solange St-Pierre) puisse utiliser aux fins de la présente recherche les renseignements recueillis à la condition qu'aucune information permettant de vous identifier ne soit divulguée publiquement à moins d'un consentement explicite de votre part. Cette utilisation peut inclure des articles, des conférences et des communications scientifiques faisant suite à la recherche.

### **COMPENSATION FINANCIÈRE**

Votre participation à ce projet est offerte gratuitement. Votre nom pourra apparaître dans le mémoire en tant que collaborateur si vous le souhaitez. Les résultats de cette recherche intervention seront transmis périodiquement dans les communautés de pratique à l'étude puisqu'il s'agit d'une co-construction de connaissances. Vous serez informés du dépôt du mémoire et pourrez y avoir accès.

### **DES QUESTIONS SUR LE PROJET OU SUR VOS DROITS?**

Vous pouvez contacter la responsable du projet (Solange St-Pierre) au numéro (514) 384 3233 pour des questions additionnelles sur le projet. Vous pouvez également discuter avec la directrice de recherche (Isabelle Mahy) des conditions dans lesquelles se déroule votre participation et de vos droits en tant que participant de recherche.

Le projet auquel vous allez participer a été approuvé au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains. Pour toute question ne pouvant être adressée au directeur de recherche ou pour formuler une plainte ou des commentaires, vous pouvez contacter le Président du Comité institutionnel d'éthique de la recherche, Marc Bélanger, au numéro (514) 987-3000 # 5021. Il peut être également joint au secrétariat du Comité au numéro (514) 987-3000 # 7753.

### **REMERCIEMENTS**

Votre collaboration est essentielle à la réalisation de ce projet et nous tenons à vous en remercier.



**SIGNATURES :**

Je, \_\_\_\_\_ reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que la responsable du projet (Solange St-Pierre) a répondu à mes questions de manière satisfaisante et que j'ai disposé suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer. Je comprends que ma participation est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner. Il me suffit d'en informer la responsable.

Signature du participant :

Date :

Nom (lettres moulées) et coordonnées :

Signature de la responsable du projet :

Date :

*Veillez conserver le premier exemplaire de ce formulaire de consentement pour communication éventuelle avec l'équipe de recherche et remettre le second à l'interviewer.*

## RÉFÉRENCES

- ANADON, M. (2007) *La recherche participative: multiples regards*, PUQ.
- ANDERSON, R.M. (2006) *Intuitive inquiry, the Ways of the Heart in Research and Scholarship*, unpublished manuscript, document téléchargé le 25 février 2013  
[http://www.wellknowingconsulting.org/publications/pdfs/IntuitiveInquiry\\_2.pdf](http://www.wellknowingconsulting.org/publications/pdfs/IntuitiveInquiry_2.pdf).
- ANGYAL, A. (1965) *Neurosis & treatment, A Holistic Theory*, John Wiley & Sons.
- ANZIEU, D. (1999) *Le groupe et l'inconscient*, Dunod.
- ARDOINO J. (1989) *Historique de la recherche-action*, note de l'article *D'une ambiguïté propre à la recherche-action aux confusions entretenues par les pratiques d'intervention*, *Pratiques de Formation / Analyses* No 18, <http://www-ufr8.univ-paris8.fr/pfa/18presentation.html>.
- ASSOJAQ, Association des Organismes de Justice Alternative du Québec, [www.assojaq.org](http://www.assojaq.org).
- BAGAOU, R. (2007) *Un paradigme systémique relationnel est-il possible?*, [www.erudit.org](http://www.erudit.org), document téléchargé le 7 avril 2013.
- BARBIER, R. (1996) *La recherche-action*, Anthropos.
- \_\_\_\_\_ (1997) *L'approche Transversale : une écoute du sensible en sciences humaines*, Anthropos.
- \_\_\_\_\_ (2006) *Historique de la recherche-action*, document électronique consulté le 31 mai 2013  
[http://foad.iedparis8.net/claroline/courses/8327/document/barbier\\_rechercheaction/01.Historique.html](http://foad.iedparis8.net/claroline/courses/8327/document/barbier_rechercheaction/01.Historique.html).
- BARRIER, C. (1963) *Mead George Herbert, L'Esprit, le Soi, la Société*, *Revue française de sociologie*, pp. 461-463.
- BARRY, B. (2005) *Communication Skills That Heal: A Practical Approach to a New Professionalism in Medecine*, Radcliffe medical press.
- BATESON, G. (1977) *Vers une écologie de l'esprit*, Seuil.
- \_\_\_\_\_ (1988) *Communication et société*, Seuil.
- BERGER, E. (2006) Vermerch, P., *Réduction phénoménologique et époque corporelle : Psycho-phénoménologie de la pratique du point d'appui*, *Expliciter* no 67, novembre.
- BÉRIOT, D. (2006) *Manager par l'approche systémique*, Eyrolles.
- BERTALANFFY, L. (1973) *Théorie générale des systèmes*, Dunod.
- BIERMAN, R., (1999) *Focusing in Changing Abusive Fighting to Constructive Conflict Interactions*, consulté le 2 mars 2013 sur: <http://www.focusing.org/rwv/article/rwv-presentation.html>.

- BION, W.R. (1965) *Recherches sur les petits groupes*, PUF.
- BOHM, D. (1996) *On dialogue*, Routhledge.
- BONAFÉ-SCHMITT, J-P. (1997) *La médiation, une technique ou un nouveau mode de régulation sociale?*, Travaux CETEL, no 49 – Septembre.
- \_\_\_\_\_ (2004) *Évaluation de l'activité de médiation de quartier*, Esprit Critique – Vol. 06, no 3, pp. 120-153.
- \_\_\_\_\_ (2004) Entretien [http://www.irenees.net/bdf\\_fiche-entretien-67\\_en.html](http://www.irenees.net/bdf_fiche-entretien-67_en.html), site consulté le 29 août 2013.
- \_\_\_\_\_ (2012) *Évaluation des effets du processus de médiation*, Cairn.info, informations sociales no 170, pp. 122 à 129.
- BOUDJAOU, M. (2012) *La production de savoirs dans les recherches participatives*, Des recherches collaboratives en sciences humaines et sociales (SHS), PUL.
- BOURASSA *et al.* (2012) *Des recherches collaboratives en sciences humaines et sociales (SHS) : enjeux, modalités, limites*, PUL.
- BOUTIN, G. *Phénoménologie et psychologie humaniste expérientielle*, consulté le 5 avril 2013 sur : <http://diffusion-focusing.org/doc/boutin/phenomenologie.pdf>.
- BOUCHARD, P. (1993) *Cultures méthodologiques et valeurs en recherche qualitative*, La recherche qualitative en éducation, Vol. 8.
- BRUN, P. (2003) *Le récit de vie dans les sciences sociales*, Revue Quart Monde, no 188 - L'écriture de la vie : <http://www.editionsquartmonde.org/rqm/document.php?id=2088>.
- BUBER, M. (1938) *Je et Tu*, Paris, Aubier.
- BURRICK, D. (2010) *Une épistémologie du récit de vie*, Recherches Qualitatives, Hors Série no 8, pp. 7-36.
- CAILLÉ, A. (2009) *Théorie anti-utilitariste de l'action*, La découverte.
- \_\_\_\_\_ (2007) *Anthropologie du don. Le tiers paradigme*, Desclée de Brouwer.
- CARLE, P. *et al.* (1998) *Processus non linéaires d'intervention*, PUQ.
- CHÂN KHÔNG, S. (2008) *La force de l'amour*, Albin Michel.
- \_\_\_\_\_ Entretiens : sites consultés le 5 avril 2013 :  
[http://www.dailymotion.com/video/x6m1bs\\_sagesses-bouddhistes-guerre-conflit\\_lifestyle](http://www.dailymotion.com/video/x6m1bs_sagesses-bouddhistes-guerre-conflit_lifestyle)  
[http://www.bouddhisme-france.org/archives/voix\\_bouddhistes/detail\\_des\\_émissions/080831.html](http://www.bouddhisme-france.org/archives/voix_bouddhistes/detail_des_émissions/080831.html).
- COENEN, H. (2001) *Recherche-action : rapports entre chercheurs et acteurs*, Revue internationale de psychosociologie, pp. 19 à 32, no 16-17, 1/1-2.

- CRÉZÉ, F. *et al.* (2006) *La recherche-action et les transformations sociales*, l'Harmattan.
- DEPRAZ, N., Varela, F., Vermersch, P. (2011) *À l'épreuve de l'expérience, Pour une pratique phénoménologique*, Zeta.
- DEPRAZ, N. (2004) *Le tournant pratique de la phénoménologie*, *Revue philosophique de la France et de l'étranger*, Cairn info, 2004/2 – Tome 129, pp. 149-165.
- DEWEY, J. (1922) *Human Nature and Conduct (Introduction to Social Psychology)*, Allen and Unwin.
- DFQ, Diffusion Focusing Québec, [www.diffusion-focusing.org](http://www.diffusion-focusing.org) (OBNL fondée en 2006 au Québec).
- FOCUSING INSTITUTE, [www.focusing.org](http://www.focusing.org), consulté le 20 février 2013.
- FOLGER, J.P. *et al.* (2010) *Transformative Mediation : A Sourcebook*, Éd. Folger, Bush, Della Noce.
- GAUJELAC (De) *et al.* (2008) *Intervenir par le récit de vie : entre histoire collective et histoire individuelle*, Erès.
- GENDLIN, E.T. (1972) *Une théorie du changement de la personnalité*, Centre Interdisciplinaire de Montréal Inc.
- \_\_\_\_\_ (1984) *The politics of giving therapy away: Listening and Focusing*, *Models for giving therapy away*, Dale Larson, pp. 287-305.
- \_\_\_\_\_ (1986) *Let Your Body Interpret Your Dream*, Chiron.
- \_\_\_\_\_ (1997) [1962] *Experiencing and the Creation of Meaning: A Philosophical and Psychological Approach to the Subjective*, Northwestern University Press.
- \_\_\_\_\_ (2004) *Thinking At the Edge: A New Philosophical Practice*, *The Folio*, Vol. 19, no 1
- \_\_\_\_\_ (2006) *Focusing, au centre de soi*, Éditions de l'homme.
- \_\_\_\_\_ (2007) *The Town and Human Attention*, *The Folio*, Vol. 20, No. 1.
- \_\_\_\_\_ (2008) *Vision Statement for Focusing, Action Step and Projects*, *The Folio*, Vol. 21, No. 1.
- GOLEMAN, D. (2009) *Cultiver l'intelligence relationnelle*, Laffont.
- GUILLEMETTE, F. (2006) *L'approche de la Grounded Theory; pour innover?*, *Recherches Qualitatives – VOL. 26 (1)*, pp. 32-50.
- HENDRICKS, M. (2001) *Research review*, In Cain, David and Seeman, Jules (Eds.) *Humanistic Psychotherapy: Handbook of Research and Practice*, American Psychological Association.
- \_\_\_\_\_ (2005) *Grass Roots Globalization: Creating Free, Self-organizing Spaces in the Social Body*, Keynote address given at the 17th annual Focusing Conference, Toronto, Canada.

- HESS, R. (1981) *Lewin et la recherche-action*, La sociologie d'intervention, PUF (Le sociologue), pp. 99-109.
- HUBERMAN, M., Miles, M.B. (1991) *Analyse des données qualitatives : recueil de nouvelles méthodes*, De Boeck.
- HUBERMAN, M.A., Miles, M.B. (1994) *Data management and analysis methods*, Handbook of Qualitative Research, Sage, pp. 428-444.
- ILLICH, Y. (1973) *La convivialité*, Seuil.
- ISAAC, W. (1999) *Dialogue and the Art of Thinking Together*, Doubleday.
- JACCOUD, M. (2009) *Origines et fondements de la médiation sociale au Québec : un double ancrage*, Nouvelles pratiques sociales, vol. 21, no 2, pp. 93-108.
- KABAT-ZINN, J. (2005) *Où tu vas, tu es, J'ai lu*.
- KLEIN *et al.* (1969) *The Experiencing Scale: A research and training manual*, Volume 1, Wisconsin Psychiatric Institute.
- KURTZ, R. (1990) *Body-Centered Psychotherapy, The Hakomi Method*, LifeRhythm.
- LE MOIGNE, J. L. (1990) *La modélisation des systèmes complexes*, Dunod.
- LEWIN, K. (1959) *Psychologie dynamique*, PUF.
- LIU, M. (2006) *Épistémologie de la démarche holistique*, Les cahiers des dynamiques sociales et de la recherche-action, CEDREA.
- LYUBANSKY, M., Barter, D. (2011) *A Restorative Approach to Interpersonal Racial Conflict*, Peace Review, 23-1, pp. 37-44, <http://internal.psychology.illinois.edu/~lyubansk/research.html>.
- MARTIN, H., Rome, D. (2010) *Are You Listening?*, Shambhala Sun, July 2010.
- MASLOW, A. (1998) *On management*, John Wiley & Sons.
- \_\_\_\_\_ (2005) *Vers une psychologie de l'Être*, Fayard.
- \_\_\_\_\_ (2006) *Être humain, La nature humaine et sa plénitude*, Eyrolles, Paris.
- MAUSS, M. (1973) *Essai sur le don, forme et raison de l'échange dans les sociétés archaïques*, PUF.
- MAUSS, Mouvement anti utilitariste en sciences sociales [www.revuedumauss.com](http://www.revuedumauss.com)
- MEAD, G.H. (1963) *L'Esprit, le Soi et la Société*, PUF
- MEC, Mouvement vers l'esprit communautaire, feuillet préparatoire aux ADEC (site consulté le 16 mai 2013) [http://www.mec-quebec.org/ADEC/Feuillet\\_preparatoire\\_a\\_l-ADEC\\_2010.pdf](http://www.mec-quebec.org/ADEC/Feuillet_preparatoire_a_l-ADEC_2010.pdf).
- MENG Tan, C. (2012) *Search Inside Yourself*, Harper Collins.

- MERCIER, L., Rhéaume, J. *et al.* (2007) *Récits de vie et sociologie clinique*, PUL.
- MILES, M.B., Huberman, M.A. (2003) *Analyse des données qualitatives*, De Boeck.
- MIND AND LIFE, [www.mindandlife.org](http://www.mindandlife.org), site consulté le 29 août 2013.
- MONTANDON, C. (2006) *Place de l'expérience corporelle dans la dynamique d'un entretien d'explicitation portant sur la formation à la médiation cognitive*, *Expliciter* no 67, novembre.
- MORIN, E. (1990) *Introduction à la pensée complexe*, ESF.
- MPC, Maison de pleine conscience, [www.mpcmontreal.org](http://www.mpcmontreal.org), site consulté le 5 avril 2013.
- MUKAMURERA, J., Lacourse, F., Couturier, Y. (2006) *Des avancées en analyse qualitative : pour une transparence et une systématisation des pratiques*, *Recherches Qualitatives*, Vol. 26 (1), pp. 110-138.
- NESTA, [www.nesta.org.uk](http://www.nesta.org.uk), consulté le 5 avril 2013.
- NHAT Hanh, T. (1998) *Interbeing*, Essai publié sur Internet, <http://www.pleineconscience.org>.  
 \_\_\_\_\_ Site personnel <http://www.thich-nhat-hanh.fr>, consulté le 5 avril 2013.
- NOUBEL, J.F. (2004) *Intelligence Collective, la révolution invisible*, [www.TheTransitioner.org/ic](http://www.TheTransitioner.org/ic).
- PAGÈS, M. (1984) *La vie affective des groupes*, Dunod.
- PAILLÉ, P., Muchielli, A. (2003) *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, Armand Colin.
- PECK, S. (1994) *Ainsi pourrait être le monde : Pour réapprendre à vivre ensemble*, Robert Laffont.  
 \_\_\_\_\_ (1993) *La route de l'Espoir : Pacifisme et communauté*, Flammarion.
- PETITMENGIN, C. (2011) *La dynamique pré-réfléchie de l'expérience vécue*, *Alter - Revue de Phénoménologie*, n° 18, pp. 165-182.
- PIAGET, J. (1954) *La représentation du monde chez l'enfant*, PUF.
- PRANIS, K. (2005) *The Little Book of Circle Processes: A new/Old Approach to Peacemaking*, Good Books.
- RAGLAND, B. (2006) *Positioning the practitioner-researcher: Five ways of looking at the practice*, *Action Research* 2006; 4, pp. 165-181 <http://arj.sagepub.com/cgi/content/abstract/4/2/165>.
- RAY, M. (1994) *The New Paradigm in Business*, Word Business Academy.
- RC, Restorative circles, [www.restorativecircles.org](http://www.restorativecircles.org).

- RHÉAUME, J. (2009) *La sociologie clinique comme pratique de recherche en institution. Le cas d'un centre de santé et de services sociaux*, Sociologies et sociétés, vol. 41, no 1, pp. 195-215. <http://id.erudit.org/iderudit/037913ar>
- ROBERTS, E. R. (2003) My Soul Said to me: an unlikely journey behind the walls of justice, Health Communication.
- ROGERS, C. (1973) Les groupes de rencontre, Dunod.
- \_\_\_\_\_ (1976) Le développement de la personne, Dunod
- ROJAQ, [www.rojaq.qc.ca/les-oja/services-offerts/mediation-citoyenne](http://www.rojaq.qc.ca/les-oja/services-offerts/mediation-citoyenne), consulté le 20 février 2013.
- ROME, D., Martin, H. (2010) Are you listening?, Shambhala Sun.
- RONSANVALON, P. (2011) La société des égaux, Seuil.
- SANFORD, R. (1998) *De Rogers à Gleick à Rogers : De la théorie de l'approche centrée sur la personne et de la théorie du chaos*, dans Processus non linéaires d'intervention, pp. 63-92, PUQ.
- SCHARMER, O. (2009) Theory U, Leading from the Future as It Emerges, Berret-Koehler.
- SCHEFFLEN, A. E. (1973) Communicationnal Structure : Analysis of a Psychotherapy Transaction, Indiana University Press.
- SENGE, P. *et al.* (2005) Presence: An Exploration of Profound Change in People, Organisations, and Society, Currency.
- SIMMEL, G. (1999) [1908] Sociologie, PUF.
- \_\_\_\_\_ (1995) Le Conflit, Circé.
- TRAJET, OJA, [www.trajet.org](http://www.trajet.org), site consulté le 5 avril 2013.
- TOKUMARU, S. (2011) Qualitative Research with TAE Steps, Thinking at the Edge: Theory and application, Keisuisha.
- VARELA, F. *et al.* (1993) L'inscription corporelle de l'esprit, Seuil.
- VARELA, F. (1999) Ethical Know-How: Action, Wisdom, and Cognition, Stanford University Press.
- \_\_\_\_\_ (2000) Allocution prononcée lors du congrès de l'Union bouddhiste européenne, le 18 novembre 2000, à l'UNESCO, <http://www.buddhaline.net/Francisco-Varela-passeur-entre>, consulté le 30 mai 2013.
- VERMERSCH, P. (2010) L'entretien d'explicitation, ESF.
- VYGOTSKY, L.S. (1978) Mind and Society: The Development of Higher Psychological Processes, Harvard University Press.

- WEINER, N. (1948) *Cybernetics, or Control and Communication in the Animal and Machine*, Hermann.
- WELDON, P.J. (2012) *La médiation transformative au soutien de l'autodétermination des parties*, Journal canadien d'arbitrage et de médiation, Vol. 21, no 1.
- WENGER, E. (2005) *La théorie des communautés de pratique : Apprentissage, sens et identité*, PUL.
- WHEATLEY, M. J. (1992) *Leadership and the New Science*, Berret-Koehler.
- \_\_\_\_\_ (2005) *Finding our way, Leadership for an uncertain time*, Berrett-Koehler.
- WINKIN, Y. (1981) *La nouvelle communication*, Seuil.