

Supervision & conception psychomotrice de l'accompagnement

« Donner du sens au sens donné »

Master of Advanced Studies in Supervision (MAS)

Volée 2019-2022



Photo : Olia Danilevich, pexel.com

Travail de fin de formation : Aline Schoch Prince

Sous la direction de : Stéphanie Boéchat-Heer

Neuchâtel, le 5 juillet 2022

Remerciements

Ce travail n'est que la partie visible d'un processus dans lequel de nombreuses personnes sont impliquées. Chacune de ces rencontres a été source de découvertes.

Mes remerciements à :

Toutes les personnes qui m'ont accordé leur confiance dans le cadre des supervisions.

Aux superviseuses et superviseurs qui ont accepté de transmettre une part de leur expertise lors des entretiens.

A mes collègues de formation et tout particulièrement Pascale Varone et Blaise Humbert-Droz avec qui j'ai vécu de riches coanimations.

A toute l'équipe des formateurs, formatrices et équipes de groupe de référence de la HEP-BEJUNE.

J'adresse des remerciements particuliers à Stéphanie Boéchat-Heer, directrice de mémoire, qui m'a soutenue dans l'élaboration de ce travail et à Dominique Schoch pour sa lecture attentive.

Merci à mon mari et mes filles qui m'ont soutenu durant toute la formation.

Résumé

Ce travail explore le lien d'étayage réciproque entre les modalités verbales et corporelles dans le travail réflexif en supervision. La démarche s'appuie sur le concept de psychomotricité.

La conception psychomotrice de l'accompagnement appliquée à la supervision vise à considérer toutes les sources d'information, perceptives-cognitives-affectives, sans les hiérarchiser et à inviter le ou la professionnel·le à affiner ses capacités à les prendre en compte dans ses actions professionnelles. L'hypothèse qui soutient ce travail est qu'une attention au corps permet d'incarner le processus de réflexivité et de soutenir une implication totale de la personne supervisée.

Plusieurs dispositifs à médiation corporelle, adaptés au mandat de supervision, sont décrits et analysés, afin d'en révéler les bénéfices et points de vigilance à observer. Cela permet d'appréhender la mise en pratique de cette attention particulière au corps en supervision.

Cette démarche se termine par une recherche par entretiens semi-directifs qui permet une mise en perspective de l'approche du corps en supervision selon des référentiels et pratiques différents.

Mots-Clés

Supervision – Psychomotricité – Réflexivité – Dyade corps-psyché – Médiation corporelle

Liste des figures

1. Processus d'étayage corps-cognition-émotion en supervision, A. Schoch Prince, 2022
2. La réflexivité, Y. Vacher, support de cours ARPPEGE, 2021
3. La pratique réflexive au cœur d'un système, Y. Vacher, support de cours ARPPEGE 2021
4. Le diamant de Richard Erskine, Chiappini & Noujaïm, 2021
5. Concept de psychomotricité, A. Schoch Prince. 2022
6. Processus de supervision, selon une conception psychomotrice de l'accompagnement. A. Schoch Prince. 2022
7. Illustration pratique de supervision en groupe. A. Schoch Prince. 2021

Liste des annexes

1. Cycle du vécu personnel, J. Bichsel et M. Thiébaud, support de cours, 2021
2. Visées d'intervention en psychomotricité, site hets - filière psychomotricité, Gaillard C., 2022
3. Tableaux de synthèse des entretiens semi-directifs.

Sommaire

Remerciements.....	1
Résumé	2
Mots-Clés	2
Liste des figures.....	3
Liste des annexes.....	3
Introduction.....	6
1. Cadre théorique.....	9
1.1. La réflexivité	9
1.2. La dyade corps-psyché en supervision	12
1.2.1. La dyade corps-psyché en formation de superviseur·e	13
1.2.2. Supervision et dyade corps-psyché	14
1.3. Supervision et conception psychomotrice de l'accompagnement.....	17
1.3.1. Conclusion.....	18
2. Cadre pratique.....	20
2.1. Introduction.....	20
2.2. La situation spatiale et posturale en supervision.....	20
2.3. Les pratiques axées sur la préparation et la sortie de la posture réflexive	23
2.3.1. Les exercices de respiration et d'ancrage psychomoteur – préparation de la posture réflexive	23
2.3.2. Le « corps professionnel ».....	24
2.3.3. Les pratiques de détente pour sortir de la posture réflexive	25
2.3.4. L'échange par deux en mouvement.....	27
2.4. Outils de mise en situation, support à la compréhension des enjeux de la situation, axés sur la « démarche réflexive »	28
2.4.1. La caricature corporelle	28
2.4.2. La mise en situation par les emplacements avec ou sans sculpture	29
2.4.3. Le jeu de rôle.....	30
2.4.4. La description des corps.....	32
3. Recherche sous forme d'entretiens semi-directifs.....	34
3.1. Questions générales.....	34
3.2. Questions sur les référentiels théoriques	36
3.3. Questions sur la pratique de la supervision.....	38
3.3.1. L'emplacement des supervisé·e·s	38
3.3.2. La communication et l'expression non-verbale	40
3.3.3. La posture réflexive	41
3.3.4. La démarche réflexive	43

4.	Conclusion et perspectives	46
5.	Références bibliographiques.....	47
6.	Ressources bibliographiques complémentaires	48
7.	Annexes	I
7.1.	Annexe 1 - Cycle du vécu personnel	I
7.2.	Annexe 2 - Visées d'intervention en psychomotricité	II
7.3.	Annexe 3 -Tableaux de synthèse des entretiens semi-directifs.....	III

Introduction

Ce travail de fin de formation est pour moi l'opportunité d'explorer les éléments qui permettent à la personne supervisée d'articuler entre les inférences sensorielles, corporelles et émotionnelles ressenties et une compréhension de sa posture professionnelle. En d'autres termes, visiter comment les sens participent au sens donné.

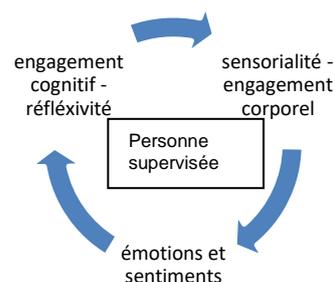
Pour cette approche de la supervision, je vais me référer au concept de psychomotricité qui permet de prendre en compte la personne dans ses référentiels corporels, cognitifs et psychoaffectifs avec un accent sur l'observation de l'engagement corporel dans la relation à soi et/ou à l'autre.

Je pratique la profession de thérapeute en psychomotricité depuis plus de 20ans avec une passion renouvelée par l'évolution constante des recherches et de la pratique dans une cohérente continuité des précurseurs que j'évoquerai plus loin. Cette profession m'a permis de développer de nombreux savoir-être et savoir-faire en médiation corporelle qui seront repris dans la partie pratique de cette recherche. Ces outils issus de la pratique thérapeutique peuvent être adaptés à la supervision sous réserve d'en respecter l'intentionnalité et d'ajuster ces médias aux besoins des professionnel-le-s en démarche de supervision.

Le concept de psychomotricité m'a également appris à me placer dans une perspective pluridimensionnelle. La psychomotricité invite à observer la qualité des étayages, les points de rencontre et d'appui, plutôt que les phénomènes isolés. Elle a pour intention d'identifier les possibilités de transformation et le mouvement plutôt que les stades ou les faits figés. C'est donc un regard sur les ressources et les mouvements de vies tout à fait pertinent en supervision où les professionnel-le-s amènent souvent les situations où ils et elles « pédalent dans le yogourt » « patinent » « tournent en rond », en d'autres termes s'agitent et s'épuisent à la recherche de points d'appui.

L'étayage réciproque entre les dimensions corporelles, émotionnelles et de la représentation sont pour moi de l'ordre du processus continu. Mon hypothèse est qu'une prise en compte de ce qui est corporellement ressenti face à une situation de supervision, mise en résonance avec les émotions et l'analyse de la situation, permet d'incarner la réflexivité et de soutenir un engagement total de la personne supervisée. Cette implication consciemment favorisée vise à garder les sens engagés dans l'analyse de la pertinence des hypothèses de compréhension et des actions envisagées. La mise au travail de toutes les dimensions permet de modifier la qualité de mobilisation de chacune de celles-ci au cours du temps.

J'observe que les modèles traitant de la réflexivité s'organisent souvent dans une progression qui aboutit, dans sa forme la plus élaborée à la métaréflexion. De la même manière le processus de supervision est souvent décrit comme un moyen de prendre du recul, voire de se détacher de sa pratique. J'y retrouve une logique analogique très courante dans les sciences cognitives qui se construisent dans une vision hiérarchisée, voir dualiste du corps et de la psyché, la seconde étant très valorisé dans notre société. Dans ces modèles, on se détache progressivement des informations sensorielles et affectives pour aller vers une construction abstraite et linguistique de la situation, puis une mise en réflexion métacognitive autour des référentiels, croyances etc.



1. Etayage corps-cognition-émotion en supervision, A. Schoch Prince

Mon intention est d'avoir une attention particulière à toutes les informations que la personne supervisée peut conscientiser durant la démarche quelle qu'en soit la nature (sensorielle, affective, représentative, métaphorique...) et de vérifier régulièrement que les pistes de compréhension gardent du sens à tous ces niveaux. Le processus vise alors l'évolution des potentialités perceptives, de régulation émotionnelle, et de flexibilité mentale lors des actions professionnelles à venir. Cette démarche holistique vise ainsi à accompagner la personne supervisée à développer l'ensemble des dimensions qui constituent « le savoir professionnel », afin de pouvoir transformer autant sa manière de penser que d'habiter sa fonction professionnelle.

De mon expérience de supervisée autant que de superviseure, je me souviens de nombreux moments où prise dans une démarche très abstraite ou conceptuelles en groupe, la personne qui a proposé la situation devient moins mobilisée, presque perplexe et en perte de connexion avec sa demande première. Les retours sont de l'ordre de : « c'était intéressant » « il faut que j'y réfléchisse encore... » ce sont pour moi des signaux qui m'amènent à l'hypothèse que l'on a « perdu pied ». La tête a continué le chemin sans le(s) sens. Pourtant, s'il est important de décoller de la situation concrète pour comprendre les sous-jacents qui ont constitués l'action professionnelle, il me semble préférable de ne pas décoller sans le pilote...

Durant ces quelques années de formation, j'ai également observé que les outils qui impliquent le corps en mouvement étaient souvent appréciés, parfois craints et volontiers proposés à titre d'expérimentation pratique. Les dispositifs les plus courants de mise en jeu du corps comme la mise en forme de statue ou la disposition des chaises restent pourtant peu explicités dans leurs potentiels, mais aussi leurs limites et enjeux. Ce sont pourtant des dispositifs qui sortent la plupart des participant·e·s de leur zone de confort et les jeux de rôles confrontent particulièrement sur le plan émotionnel. La mise en mouvement et l'invitation à devenir « acteur - actrice » (au sens du jeu théâtral) dans la reconstruction de la situation implique autrement les participant·e·s que l'échange verbal en tant que « penseur-penseuse » sur la situation. Ces outils questionnent les limites entre la supervision et le processus thérapeutique et il est donc important pour moi d'en définir les contours et contenus.

J'aimerais élaborer des repères plus précis sur les leviers que sont ces outils, ainsi que les dynamiques introspectives et relationnelles qu'ils peuvent générer. J'espère ainsi me permettre de donner toutes leurs dimensions à ces pratiques. Ceci afin de les utiliser de manière plus fine et structurante pour la personne ou le groupe supervisé, mais surtout dans une approche intégrée aux autres appuis de la réflexivité que sont l'expression verbale des sentiments-émotions, le questionnement ouvert et les liens avec les référentiels théoriques par exemple.

Ma démarche va se fonder sur deux piliers conceptuels : un pilier issu de la littérature et de concepts théoriques, l'autre ancré dans la pratique au travers de diverses expériences de supervision durant lesquelles j'ai proposé des expérimentations à médiation corporelle.

En partie recherche, je me suis approchée de superviseur·e·s qui intègrent la dimension corporelle dans leur accompagnement. A travers des entretiens semi-directifs, je me suis intéressée à leur conception de la dyade corps-psyché, sa prise en compte en supervision et les référentiels théoriques sur lesquelles ils et elles s'appuient. Ils m'ont également offert un aperçu de leurs pratiques qui mobilisent la dimension corporelle en supervision.

J'ai ensuite procédé à une analyse de contenu des entretiens. Ma démarche vise à ouvrir ma carte du monde et à observer comment d'autres superviseur·e·s se sont saisis de cette question de la prise en compte du corps et de l'utilisation de la médiation corporelle. Je cherche ainsi à mieux situer ma pratique et mes référentiels actuels tout en me permettant de construire d'autres repères possibles pour mon futur de superviseure.

1. Cadre théorique

1.1. La réflexivité

La supervision vise une posture réflexive sur le vécu professionnel dans une dynamique de développement de la conscientisation des sous-jacents théoriques, expérientiels, sensoriels, émotionnels et de croyance qui influent la pratique professionnelle.

Avant d'observer en quoi la considération des expressions gestuelles et corporelles ainsi que les dispositifs à médiation corporelle sont parties intégrantes de la démarche réflexive, je vais introduire sur quels modèles de la réflexivité je vais m'appuyer.

Réflexivité sur l'action ou dans l'action

En premier lieu, je vais me référer aux deux niveaux de réflexivité proposés par Schön (1994) :

- L'analyse réflexive dans l'action
- L'analyse réflexive sur l'action, a posteriori

La capacité d'une analyse réflexive dans l'action n'est favorisée par la supervision que dans une démarche à long terme et me semble difficile à délimiter. Il est pourtant intéressant de relever que selon Vacher (2015) les processus cognitifs engagés sont à différencier en premier lieu dans le degré de conscience. L'analyse réflexive dans l'action étant considérée comme peu ou pas consciente. Il relève ici le défi qu'est l'analyse dans l'action. Je le rejoins et j'ajouterai que la supervision peut, à défaut d'influer directement la capacité d'analyse dans l'action, permettre d'aiguiser la capacité à ressentir durant l'action les dissonances et signaux d'alertes d'une situation à revisiter a posteriori.

Le développement en supervision d'une sensibilité aux signaux du corps par la mise en jeu corporel des actions professionnelles passées, sont des ressources potentiellement utiles à susciter une analyse réflexive dans l'action.

Ce serait certainement une étude intéressante, mais qui ne sera pas le sujet de cette analyse.

Dans le cadre de ce travail, je vais me centrer sur l'analyse réflexive sur l'action, puisque c'est dans cet « a posteriori » que se situe temporellement la supervision. La supervision permet de revisiter des situations professionnelles et d'y analyser sa posture et la nature de son engagement durant l'action. Cet a posteriori gagnera beaucoup à utiliser la mémoire du corps, c'est-à-dire les résonances qui s'expriment à travers le corps dans l'évocation de la situation passée.

Cette vision dans le temps se complexifie lorsque l'on considère qu'à travers les sens, nous allons conscientiser ce que l'on ressent dans le temps présent à l'évocation d'une situation passée. La sensation est donc autant dépendante de l'état interne du moment, que des sensations vécues durant la problématique professionnelle abordée.

J'évoque cela pour le relier à la relativité de la « réalité » partagée en supervision. Tout est construction et même si certains diront que le corps ne ment pas, il n'en reste pas moins que, dans l'a posteriori, nous sommes constamment, que l'on parle de perception ou de pensées, dans une reconstruction. Je pense donc que le corps et l'accès aux sensations permettent de s'approcher ou du moins de donner du volume à la narration et à la compréhension de la situation passée, mais restent relatifs au contexte et au temps présent de la supervision.

La posture réflexive et la démarche réflexive

Une autre distinction terminologique proposée par Lamy et Moral dans leur ouvrage « Les outils de la supervision dans les métiers de l'accompagnement » (2021) me semble très pertinente pour le sujet qui m'occupe. Il s'agit selon eux de différencier la démarche réflexive de la posture réflexive.

La « démarche réflexive », telle qu'ils la décrivent, peut faire appel à différentes formes d'entretiens comme l'entretien non-directif (Rogers Carl, 1968), l'entretien d'auto-confrontation (Clot Yves, 2008) ou l'entretien d'explicitation. Elle est décrite par Lamy et Moral (2021) comme la manière dont on va vers la compréhension.

La posture réflexive est, je les cite : « (...) posture mentale qui n'est pas spontanée. Il s'agit dans un premier temps de tourner notre attention vers nous-même et vers nos pensées, nos émotions, nos actes et nos sensations, plutôt que vers le contexte dans lequel s'est déroulé l'action. » (p.119)

La supervision, quels qu'en soient ses outils, peut viser à accompagner la personne autant dans sa posture réflexive que dans sa démarche réflexive. La dominance vers l'un ou l'autre de ces pôles sera défini par la demande de la personne supervisée et l'orientation que prendra la supervision. Idéalement, le dispositif devrait permettre de visiter les deux dimensions et amener la personne supervisée à construire une passerelle entre celles-ci.

Dans le chapitre consacré à la pratique, je vais situer lorsque l'approche à médiation corporelle est utilisée comme outil d'analyse dans la démarche réflexive et lorsque celle-ci à plutôt comme vocation de soutenir la personne supervisée dans la recherche d'une posture réflexive. Il s'agit bien d'un travail de supervision dans lequel différents dispositifs à médiation corporelle peuvent être utilisés dans les limites claires d'un mandat circonscrit au domaine professionnel. A dissocier clairement d'une démarche thérapeutique dans laquelle ces médias sont utilisés avec un mandat et une visée de soin psychocorporel.

Plus précisément, ce que je considère comme une médiation corporelle « outil de la démarche réflexive » est un dispositif qui soutient la personne supervisée dans sa démarche d'explicitation, d'évocation ou de contextualisation de sa problématique.

Ce que j'inclus dans les médiations corporelles qui soutiennent la posture réflexive, sont les propositions qui permettent à la personne supervisée de mobiliser sa réflexivité par un stress amoindri, une mise en éveil des sens ou la mise en cohésion avec son groupe de supervisé·e·s par exemple.

Les différents niveaux de réflexivité

Lors de notre formation, Vacher (2021) nous a présenté une version non-publiée de son modèle de la réflexivité qui décrit les différents niveaux de réflexivité. J'ai beaucoup apprécié sa méthodologie et ses ressources théoriques et je me suis sentie interpellée par ce qu'il a nommé le risque « d'abyrne réflexif », l'orthographe choisi se référant probablement à l'expression « en abyme » qui illustre la superposition des réflexions dans une dynamique en « poupée russe ».



2. Tiré de : Support de cours ARPPEGE, Y. Vacher, juin 2021

Vacher propose un modèle qui permet de se situer sur la distance prise avec l'objet de réflexivité : le réfléchissement est une première étape de narration après l'action, il y a une première mise en mot du vécu formel, les faits, en relation avec le vécu ressenti, les émotions, sensations etc. La réflexion qui se trouve dans la colonne du milieu, permet de s'interroger sur la base de l'objet évoqué, la conscientisation des résonances et émotions, le lien avec des situations similaires et premières pistes de compréhension autour de l'action. Ces deux premiers niveaux sont en général bien visités en supervision, que les participants soient ou non chevronnés dans ce type de processus.

La dernière étape évoquée est la métaréflexion. Un niveau de réflexivité dans lequel les échanges se situent sur les schémas de pensée, les moyens mis en œuvre pour arriver aux hypothèses émises, la conscience des référentiels sous-jacents qui ont potentiellement été activés lors de l'étape précédente etc.

A chacun de ces niveaux figure une forme de piston qui raccroche le processus à une dimension perceptive « je ressens, je résonne », à l'exception de la dernière étape qui est associée à ce terme d'« abyme réflexif ». La phase de métaréflexion nécessite plus de pratique et d'exigence pour les participant·e·s et pour le ou la superviseur·e. Ce détachement supplémentaire du vécu relaté par une démarche de métaréflexion amène successivement à des niveaux d'abstraction qui peuvent potentiellement aboutir à la perte du sens de la démarche initiale. Dans son ouvrage, Vacher (2022, p.36) traduit cela par « une succession infinie de boucle méta » qui est en quelque sorte « un puits sans fond ». Ces métaphores d'abyme ou de puits sans fond m'interpellent pour plusieurs raisons.

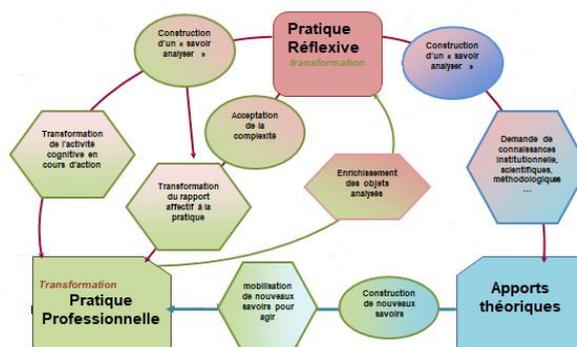
La première est personnelle. Dans mon quotidien, j'aime beaucoup la palabre, émettre des hypothèses, visiter des champs possibles jusqu'à l'absurde si cela m'amuse. Déployer les arborescences au maximum aurait tendance à m'attirer et ce terme d'« abyme » me parle donc beaucoup. La deuxième raison est le thème de mon travail. Lors du cours, j'avais déjà ce projet de thématique, même si les contours en étaient encore imprécis. Lors de la présentation du modèle, la prise en compte de la médiation corporelle et une attention fine aux ressentis, m'ont d'emblée semblé des moyens potentiels d'éviter cet « abyme » et j'ai eu envie d'explorer cela.

Ma démarche vise à chercher les moyens de nourrir constamment la réflexivité des signaux corporels « je ressens, je résonne » et de les utiliser pour valider ou mettre en question ce qui est réfléchi « je méta sur ce que je vis en réfléchissant. » L'abyme réflexif serait assimilable à ce que j'ai écrit en introduction comme « décoller sans le pilote ». C'est-à-dire se laisser prendre par le jeu des hypothèses et corrélations conceptuelles jusqu'à la perte du lien avec la préoccupation profonde de la personne supervisée.

J'é mets l'hypothèse que les allers-retours entre perception-sensation et réflexivité avec une prise en compte de la dimension affective est un moyen d'éviter cet abyme. Pourtant, je n'exclus pas un phénomène similaire qui, par une proposition de média corporel mal choisi ou temporellement asynchrone, amène le processus à « se mettre en abyme » dans des considérations perceptives ou émotionnelles qui éloignent de l'objet de la supervision ou de la demande de la personne supervisée. Dans ce cas, il se pourrait bien que, pour reprendre la première métaphore, l'avion reste au sol.

Dans ce sens j'apprécie également le schéma « la pratique réflexive au cœur d'un système » (Vacher, 2021) qui illustre la dynamique de transformation à travers une réflexivité multidimensionnelle (pratique, affectif, environnemental...) Ce modèle illustre bien un processus dans lequel l'individu peut déployer l'ensemble de ses compétences dans une dynamique qui accepte la complexité. C'est également pour moi un repère essentiel qui invite à équilibrer les champs d'exploration durant la supervision. Cela me permet de préciser que ma pratique de la supervision s'enrichit de la dimension corporelle, mais n'en est pas une méthodologie unique, ni même prioritaire. Il est toujours question de permettre à la personne supervisée d'être accompagnée à mobiliser toutes ses compétences et connaissances au service de sa demande.

La pratique réflexive au cœur d'un système
...un modèle théorique



3. Tiré de : Support de cours ARPPEGE, Y. Vacher, juin 2021

Pour synthétiser, concernant l'approche de la réflexivité, je vais m'appuyer principalement au niveau de la réflexivité sur l'action, a posteriori selon Schön (1994) et différencier les dispositifs à médiation corporelle qui sont levier du processus réflexif et ceux qui permettent de consolider la posture réflexive en me référant à Lamy et Moral (2021). De manière transversale, je garderai cette idée issue des travaux de Vacher (2021) que les dispositifs proposés doivent permettre d'enrichir les différents niveaux de réflexivité : réfléchissement – réflexion- métaréflexion. L'objectif étant pour moi que la sensibilité et la conscientisation des perceptions corporelles et affectives, ainsi que les capacités à penser son action professionnelle se développent conjointement durant le processus de supervision.

1.2. La dyade corps-psyché en supervision

Envisager l'activation réflexive par la prise en compte du corps en supervision renvoie à la fondamentale question de la dyade corps-psyché. De nombreux concepts cherchent à modéliser la manière dont l'humain articule entre son vécu corporel, ses sensations et perceptions et sa mobilisation cognitive et ma démarche vise à préciser sur lesquels j'appuie ma pratique de la supervision.

Pour cela j'ai porté mon regard sur trois « espace-temps ». Le premier sera le temps de ma formation de superviseuse qui se termine et sur laquelle je fonde mes premières connaissances de la supervision. Le deuxième est un pôle sociétal plus large qui me permet de situer dans quel contexte historique se fonde ma vision de l'accompagnement. Le 3^{ème} temps se veut centré sur le présent et le futur. Il me permet de préciser la posture de superviseuse telle que je souhaite l'incarner dans une cohérence avec la conception psychomotrice de l'accompagnement.

1.2.1. La dyade corps-psyché en formation de superviseur·e

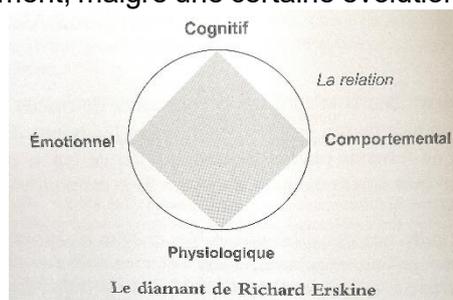
Lors de la formation HEP-BEJUNE en supervision, le lien corps-psyché est évoqué comme pertinent dans le processus de l'accompagnement et abordé ponctuellement par certains formateurs. Sans en faire une thématique très spécifique, la question de l'articulation « corps-psyché » a été présente de manière transversale durant la formation. Les formateurs J. Bichsel et M. Thiébaud (2021) ont illustré l'importance qu'ils ont donné à une pratique qui considère les dimensions des représentations, des vécus affectifs et des vécus corporels dans une synthèse titrée « cycle du vécu corporel » que vous trouverez en annexe.

L'apport des différents intervenants, m'a permis de découvrir de nombreux concepts utiles à l'accompagnement en supervision et souvent issus de la psychologie. Chacun a abordé ou non la question du corps en supervision selon son référentiel propre et le type d'accompagnement visé. Cela m'a permis de conscientiser qu'il n'est pas uniquement question de donner ou non une importance à ce lien corps-psyché, mais également de le situer dans une intentionnalité plus globale. Le focusing, l'approche par la systémique ou la PNL ne vont ni avoir le même regard, ni donner les mêmes réponses à une attention similaire sur le corps. C'est un élément qui m'a amenée à préciser mon intention et à chercher sur quelles racines je voulais fonder mes accompagnements de supervision.

Lors de cette formation, nous avons également expérimenté quelques dispositifs à médiation corporelle. Nous avons eu peu de contenus explicatifs sur leurs impacts, mais nous avons eu des échanges consécutifs qui ont été très instructifs. Il me semble que cette manière de pratiquer, puis de partager et analyser les vécus a permis à chacun·e de réaliser son positionnement par rapport à ce type de médiation en supervision et ses implications sur la circulation émotionnelle. Pour s'en emparer, pour identifier ses freins ou pour le mettre dans le panier des « possibles ». A travers les regards de mes collègues de formation, j'ai puisé une conscience augmentée de la diversité des intérêts, comforts et inconforts qui sont générés par les mises en jeu du corps dans un contexte de supervision. Conceptuellement, sur l'ensemble de la formation, je mesure quand même que le soin porté aux mots a été plus longuement étudié que celui porté aux distances, aux attitudes, au corps de manière générale. Ce qui me semble dans la lignée de ce que notre société valorise, principalement dans le domaine de l'enseignement, malgré une certaine évolution.

Au moment de rédiger ce travail, j'ai également effectué des recherches, afin de trouver d'éventuelles approches de la supervision qui incluent spécifiquement la dimension du corps, c'est-à-dire qui forment à interroger autant le verbal que le non-verbal et à mobiliser ces deux formes d'expression. Je n'en ai pas trouvé, mais j'ai découvert une approche de l'accompagnement professionnel qui a développé une méthodologie qui inclut la dimension corporelle dans son concept d'accompagnement. Il s'agit du « coaching intégratif. »

Le « coaching intégratif » s'inspire directement de la psychothérapie intégrative définie par Erskine en 1976. Il s'agit d'une thérapie qui considère le patient dans ses fonctions comportementales, physiologiques, cognitives et affectives. Ce terme d'intégratif se référant également aux méthodes utilisées et au thérapeute lui-même. Les coachs de la méthode de « coaching intégratif » s'inspirent du « diamant d'Erskine » qui se rapproche de la conception que je me fais de l'accompagnement en supervision qui intègre mes



4. Le diamant de Richard Erskine, Tiré de « Accompagner par la présence de plein contact » Chiappini & Noujaïm. 2021

ressources par la psychomotricité. Dans ce modèle, il y a une écoute et la prise en compte des référentiels de la personne accompagnée, dans une dynamique très humaniste, mais également de la prise en compte des différentes fonctions – comportementale, cognitive, affective et physiologique - sans les hiérarchiser.

A travers mes lectures et les échanges avec différent·e·s superviseur·e·s, j'ai réalisé que les superviseur·e·s, souvent des psychothérapeutes, ont intégré leurs ressources théoriques et pratiques propres dans leur manière d'accompagner les professionnel·le·s qu'ils ont supervisé·e·s. Cela n'a pas suscité la création de formations à la supervision différentes, mais à des pratiques ouvertes, fondées sur une base commune qui est celle de l'accompagnement en supervision.

Afin de mieux comprendre ce phénomène de construction de la posture de superviseur en congruence avec des référentiels différenciés, je me suis adressée à quelques superviseur·e·s qui incluent particulièrement la dimension corporelle dans l'accompagnement en supervision. Je les ai rencontré·e·s individuellement lors d'entretiens semi-ouverts, afin de comprendre leur cheminement et repérer sur quels concepts théoriques ils et elles se sont appuyé·e·s.

1.2.2. Supervision et dyade corps-psyché

Fondements philosophiques

Mon intérêt pour la place des pratiques corporelles dans l'espace de supervision implique de considérer le lien « corps-psyché » dans notre société, afin d'avoir un certain recul concernant l'histoire sur laquelle cela se construit. Cela me permet de comprendre l'influence de cet historique sur les possibilités d'acception d'une approche qui engage le corps dans notre société et potentiellement en supervision.

Considérer le mouvement en lien ou en opposition avec l'activité réflexive n'est pas nouvelle et trouve des sources philosophiques anciennes au point que Rosenberg (2011) qualifie la matière et l'esprit comme « *un des couples les plus anciens de toute l'histoire de la philosophie* » (p.122). En Europe, les penseurs de la Grèce antique différencient corps et psyché, mais selon les époques les considèrent comme totalement séparés ou interreliés. Dans ces approches, on trouve déjà des influences de pensée fondées sur des croyances spirituelles ou suivant le développement des sciences.

Socrate (470-390 av J-C), sépare totalement « l'âme » et le corps en donnant une supériorité à l'âme qui subsiste au corps lors de la mort. L'âme se trouve alors libérée des contraintes du corps. Platon (428-348 av J-C) considère l'âme et le corps comme totalement interdépendant : « Ne mouvoir ni l'âme sans le corps, ni le corps sans l'âme pour que, se défendant l'une contre l'autre, ces deux parties préservent leur équilibre et restent en santé ».

Dès la période d'Aristote, disciple de Platon (384-322 avant J-C) et le développement des sciences, le corps devient matière à étudier, il est ainsi considéré dans sa forme physique indépendamment de la psyché. Aristote va également s'intéresser à « l'âme » et sera semble-t-il le premier à la situer dans le cœur plutôt que le cerveau. Il conçoit l'être vivant comme un être animé, c'est-à-dire doté d'une âme. Il est également connu pour être le philosophe qui marchait pour enseigner.

Spinoza (1632-1677) s'est également intéressé à l'émergence de la pensée et la place du corps dans ce processus, Damasio (2003), neuroscientifique, reflète ainsi sa pensée :

Qu'a-t-il vu alors ? Que l'esprit et le corps sont des processus parallèles et mutuellement corrélés. Qu'ils se redoublent l'un de l'autre en tous endroits, comme les deux faces d'une même chose. Qu'au tréfonds de ces phénomènes parallèles, il

existe un mécanisme servant à représenter les événements du corps dans l'esprit. Malgré le fait que l'esprit et le corps sont sur un pied d'égalité, tant qu'ils se manifestent pour celui qui perçoit, il y a asymétrie dans le mécanisme sous-jacent à ces phénomènes. Le corps façonne les contenus de l'esprit plus que l'esprit ne façonne ceux du corps, même si, dans une large mesure, les processus mentaux se reflètent dans le corps. (p.226).

Chaque génération de philosophes va ensuite reconsidérer cette question du lien entre le corps et le psychisme sans jamais totalement la résoudre. Les écueils sont innombrables, à commencer par la définition de ce qu'est « le corps » : anatomique, sensoriel, énergétique (...) et de ce que l'on comprend dans « psyché » : esprit, âme, cognition (...) terminologies qui considèrent autant la capacité de penser et de se représenter le monde, qu'une dimension spirituelle. La dominance du christianisme convoquera la société à avoir une maîtrise des pulsions du corps et à en protéger l'esprit qui se doit de rester pur, alors que les sciences vont être fortement influencées par une vision dualiste avec une primauté du « cogito » tel que conceptualisé par Descartes (1506-1650). La scission entre ce qui est l'affaire du corps et ce qui revient à l'esprit s'ancre ainsi progressivement et durablement dans la société occidentale.

D'autres sociétés et cultures sont différemment influencées pour aborder cette question, car un grand nombre de médecines traditionnelles sont construites sur des visions holistiques fortes et majoritairement reconnues au sein de la population, C'est le cas par exemple de la médecine chinoise pour laquelle l'activité du corps et le psychisme se nourrissent dans une dynamique de l'ordre de la complémentarité indissociable avec une dimension énergétique primordiale ou dans l'Ayurveda, système de médecine holistique préventive originaire d'Inde, où la santé humaine est considérée par une triade corps-parole-pensée/esprit, ce 3^{ème} pôle intégrant une part spirituelle. Ces thérapeutiques et philosophies orientales seront une source importante d'influence pour les pratiques thérapeutiques psychocorporelles occidentales.

Les participant·e·s à une supervision viennent avec leurs propres représentations issues de leur histoire culturelle, personnelle et professionnelle. Cela va influencer leur ouverture à intégrer la dimension corporelle dans le processus réflexif. Les résistances ou le souhait de ne pas entrer dans ce type de démarche est à respecter dans une démarche d'ajustement à la demande.

Fondements en sciences humaines

Durant la période du XIX^{ème} – XX^{ème} siècles, de nombreuses pratiques thérapeutiques comme la thérapie psychomotrice, la danse-thérapie ou des courants psychothérapeutiques comme le focusing, la somatic-experiencing ou la thérapie intégrative se sont construites sur des fondements issus de la phénoménologie (Husserl, 1859-1938), la phénoménologie de la perception (Merleau-Ponty 1908-1961) et une considération holistique de la personne. Elles s'accordent également avec le positionnement de la psychologie humaniste et de l'approche centrée sur la personne.

Tout en gardant leurs spécificités, par leur visée thérapeutique et leurs référentiels professionnels propres, de nombreux dispositifs pratiques similaires se retrouvent dans ces différentes approches. Ceci en raison des échanges lors des formations continues et du partage en libre accès, mais également parce que chacune de ces approches s'est intéressée à l'expertise empirique des pratiques d'expression et de soins traditionnels. Pour illustrer, mais sans pouvoir être exhaustive, je peux citer le yoga, le tai-chi, les pratiques de massage traditionnelles, les danses traditionnelles, le qi-gong, les arts-martiaux au sens large qui nous apprennent à nous centrer corporellement, à focaliser notre attention, à

développer notre conscience et notre expression corporelle, à respirer et tant d'autres choses... Toutes ces pratiques sont d'une richesse absolue et font progressivement partie, grâce aux échanges et à la migration, de notre patrimoine humain.

Lors de l'écriture du cadre pratique, j'ai pu réaliser que l'origine de certains dispositifs étaient difficiles à définir pour ces raisons-là. La spécificité des pratiques réside donc principalement dans l'intentionnalité et la forme de l'accompagnement dans lequel elles s'inscrivent. La même démarche se décline pour la supervision.

Fondements neuroscientifiques

Dans ce questionnement de la dyade corps-psyché, je me suis également intéressée à l'évolution des sciences et particulièrement des neurosciences à ce sujet et à la manière dont cette dyade est considérée.

Les sciences cognitives classiques sont toujours influencées par ce postulat d'un corps dirigé par une « programmation cognitive », mais même si tous les neuroscientifiques ne s'interrogent pas spécifiquement sur l'influence de l'expérience corporelle sur le développement cognitif, l'existence d'une forme d'influence mutuelle est pourtant actuellement acquise.

Depuis les années 1980, d'autres approches de la construction des représentations développent leurs recherches et bousculent les modèles neuroscientifiques les plus courants. Le concept de cognition incarnée ou Embodiment considère la cognition comme incorporée ou incarnée :

« incorporé » signifie que la cognition est consubstantielle des vicissitudes de notre corps; un corps qui n'est pas un automate contrôlé par le cerveau, mais un système animé ayant des capacités d'autoconstruction et d'auto-organisation, interagissant avec son environnement et par là créateur de sens » (Versace, 2018, p.35)

Ce courant des neurosciences n'est pas uniforme avec des modèles plus ou moins radicaux et fait l'objet de nombreuses expériences et articles. Il apporte pourtant un ancrage supplémentaire à ma conviction de la grande pertinence d'une approche multi-dimensionnelle et pluri-sensorielle dans l'accompagnement quel qu'il soit.

Autrement dit avec humour par un des fondateurs de la psychomotricité « *Une chose est sûre, c'est que cela ne passe pas par l'auréole.* » (de Ajuriaguerra, 1965).

Dans le contexte spécifique de la supervision, cela laisse supposer que l'implication du champ perceptif est un mobilisateur cérébral de la réactualisation de la pensée et des représentations.

La racine étymologique du mot « comprendre » illustre cette interrelation : « composé de cum « avec » et prehendere « prendre, saisir » (Site internet du cnrtl, 2022). Cette racine donne tout son sens à cet étayage de l'acte, du perceptif avec la pensée. Comprendre son action professionnelle peut être considéré comme un acte physique et psychologique qui permet de saisir ce qui est en jeu dans la situation donnée.

Conclusion

Ce cheminement entre les différentes influences historiques m'a permis d'avoir une vision plus claire des modèles de pensée sur lesquels ou en opposition desquels j'ai construit mon idéal de la supervision. Cela m'a finalement amenée à assumer plus directement mon historique professionnel au profit de ce questionnement sur la place de la médiation corporelle en supervision.

Pour expliciter le lien entre la mise en corps et la réflexivité en supervision, la psychomotricité comprend des référentiels théoriques et pratiques très pertinents. Je vais donc l'utiliser comme concept clé afin d'analyser mes pratiques de la supervision.

1.3. Supervision et conception psychomotrice de l'accompagnement

Lors de l'élaboration de mon projet de mémoire, je me sentais tendue entre deux pôles opposés : l'envie me centrer sur une thématique découverte en formation de supervision et le besoin de tisser ce qui constitue l'essentiel de ma vie professionnelle avec cette nouvelle posture d'accompagnement qu'est pour moi la supervision. Modelée par ce métier du lien, en terme relationnel et multidimensionnel, je n'ai pas résisté à se faire rencontrer la supervision et la pratique psychocorporelle. J'ai par contre pris le temps de nombreuses lectures et recherches avant de décider de choisir la psychomotricité comme concept théorique.

Dans ce travail, le sujet n'est pas de confondre les compétences métier ou les mandats, mais bien de saisir quels sont les savoir-être et savoir-faire issus de l'intervention en psychomotricité qui sont des supports pertinents dans l'accompagnement par la supervision. Il s'agit également de confronter les expériences pratiques en supervision aux référentiels de la psychomotricité, afin de comprendre l'émergence de la posture réflexive par une prise en compte de la dimension psychocorporelle.

La psychomotricité est une approche qui, en tant que discipline scientifique, a permis le développement de pratiques éducatives, thérapeutiques et de développement personnel : « *Comme discipline scientifique, elle a pour objet l'étude de la place du corps et son rôle dans le fonctionnement des personnes, leur développement et leurs interactions.* » (Site de la filière Psychomotricité, Maes Hets, consulté en mars 2022).

Quelle qu'en soit l'intentionnalité, l'accompagnement en psychomotricité privilégie la médiation corporelle, ce qui signifie que le corps est mobilisé et mis au centre de l'attention. Cela permet d'observer, expérimenter et renforcer la qualité de l'équilibre entre les dimensions psychoaffectives, cognitives et motrices au profit d'un meilleur ajustement à ses besoins et à l'environnement.

Le terme de médiation corporelle inclut autant des dispositifs qui invitent les personnes accompagnées à sentir, percevoir les signaux du corps qu'à se mettre en mouvement dans une démarche d'expression non-verbale. La démarche peut donc être axée sur l'intéroception, le ressenti ou l'extéroception, l'expression.

Le terme de média est ici très important. Cela signifie que la démarche ne s'arrête pas au corps et au mouvement en tant que tel, mais à ce que cela permet de révéler et exprimer de la personnalité. La psychomotricité ne s'adresse donc pas « (...) à la motricité en tant que telle mais à ce que la motricité représente, c'est à dire à la personnalité en action » (de Ajuriaguerra, 1968, conférence non publiée). Cette intention de permettre, par le mouvement, de révéler la personnalité en action me semble également tout à fait pertinente dans le cadre d'un mandat en supervision.

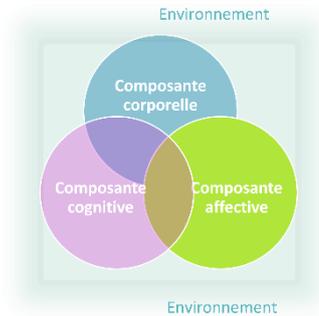
Giromini (2003) apporte une autre dimension intéressante concernant la psychomotricité qui est en cohérence avec le contexte de supervision. Il s'agit de la posture de questionnement permanent et de mise en exergue des savoirs avec l'expérience pratique :

Pour construire une théorie de la psychomotricité, il faut se situer non pas au niveau de la connaissance pure (le savoir des sophistes) mais au contraire, il faut se situer au niveau de l'interrogation. S'interroger, c'est créer une tension entre le savoir-faire et le savoir, c'est créer une dynamique entre le logos (le discours, la parole) et la praxis (la pratique). C'est ce que nous pouvons retenir de la pensée pré-socratique. (p.8)

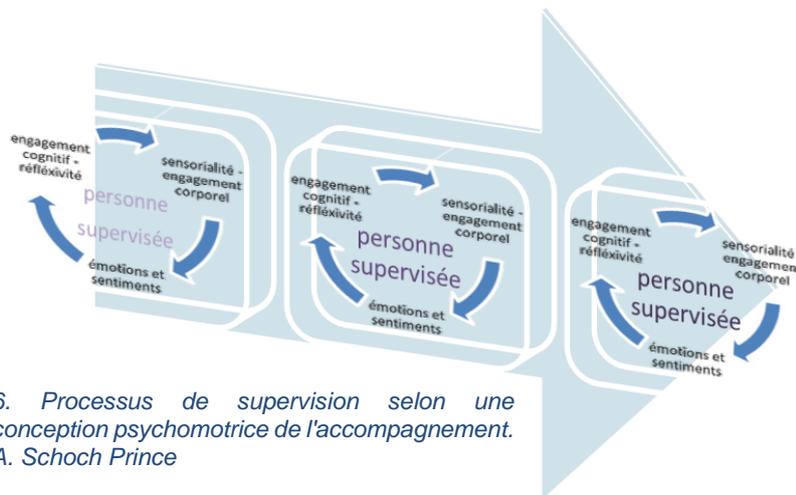
Je retrouve ici une similitude forte avec l'accompagnement en supervision. La supervision vise également à interroger cette tension entre le savoir-faire et le savoir dit théorique. La prise de conscience de ces pôles en supervision permet régulièrement de sortir du si souvent nommé « je l'ai fait à l'instinct » pour rendre visible la mise en action de savoir-faire dont les déclencheurs ont été principalement perceptifs et/ou affectifs non-conscientisés par le ou la professionnel·le.

Le lien corps psyché dans la thérapie en psychomotricité est à la base même de l'accompagnement. Malgré les évolutions historiques, selon les auteurs, champs d'études ou de pratique, seule la question des moyens de s'en saisir, au sens lexical et pratique, a fait l'objet de différenciations.

En supervision, inspirée par le concept de psychomotricité, je souhaite, par l'utilisation de la médiation corporelle conjointement aux médiations verbales et métaphoriques, favoriser un processus de transformation qui touche toutes les dimensions qui composent les sous-jacents d'une pratique professionnelle. Le professionnel peut ainsi, dans une dynamique d'interrelation, questionner sa pratique, affiner ses perceptions face aux situations professionnelles et identifier ses indicateurs émotionnels, afin de considérer son implication professionnelle de manière pluridimensionnelle et évolutive.



5. Concept de psychomotricité, A. Schoch Prince



6. Processus de supervision selon une conception psychomotrice de l'accompagnement. A. Schoch Prince

1.3.1. Conclusion

De tout temps et dans des langages qui ont évolué, l'humain s'est interrogé sur la place du corps, ce qu'est la pensée, de quelles natures sont les émotions, d'où vient la conscience et comment se développent les représentations. Les modèles se sont trouvés influencés par les pratiques, les croyances, les religions et les sciences en réactualisation constante. Pourtant, aucun modèle n'est à même de donner toute l'arborescence de ces phénomènes et je ne vais pas ici le prétendre, mais au moins me positionner dans le temps T qui est le mien aujourd'hui.

Ma carte du monde est clairement dessinée par la conviction de la richesse des interconnexions dont nous sommes animé·e·s et que de nombreuses informations mémorielles qui nous guident dans nos décisions sont logées ou du moins activées par des structures situées dans l'ensemble du corps. De ce postulat qui se nourrit de différents concepts et constatations cliniques des neurosciences, j'en viens à cette nécessité d'ouvrir avec conscience le champ des référentiels engagés en supervision.

En m'inspirant de la célèbre phrase attribuée à Goethe « le but c'est le chemin » je dirais que dans le domaine de l'interrelation entre corps et psyché, ce n'est pas tant d'aboutir à des concepts fermés qui importe mais le chemin réflexif qui en approche.

Sentir qu'il y a un lien, percevoir toutes les dimensions de l'humain, se représenter la vie dans toutes ses richesses. Ce n'est qu'avec cette exigence que je peux m'imaginer un accompagnement en supervision et le concept de psychomotricité m'en donne quelques ressources complémentaires.

2. Cadre pratique

2.1. Introduction

Pour cette partie du travail, je vais m'intéresser aux implications concrètes et ressenties de différents dispositifs à médiation corporelle en supervision. Mon objectif est d'en comprendre les enjeux psychocorporels et leurs impacts sur le processus de réflexivité dans les deux pôles précédemment nommés : la posture réflexive et la démarche réflexive (Morel & Lamy, 2021). Je vais m'appuyer sur les outils de mobilisation du corps pratiqués en psychomotricité, qui peuvent être communs à d'autres pratiques de l'accompagnement, et questionner leur pertinence en supervision

En premier lieu, je vais les décrire le plus concrètement possible et les analyser selon les référentiels psychomoteurs. Les principaux éléments issus des référentiels des thérapeutes en psychomotricité que je vais lier à la pratique de la supervision sont les suivants :

- La dimension sensorielle
- Le dialogue non-verbal qui s'observe dans la distance interpersonnelle (et son ajustement), l'orientation du corps et du visage, les postures, les gestes, la rythmicité
- Le tonus, principalement dans sa dimension tonico-émotionnelle
- L'organisation dans l'espace et le temps
- La respiration et le flux de parole
- Le mouvement, interne et cinétique

Cette partie a pour objectif de clarifier les aspects psychocorporels que je suppose impliqués, ainsi que mes hypothèses sur leurs bénéfices concernant le processus réflexif. Je vais également appréhender ces éléments avec les apports de la recherche ou d'auteur-e-s qui ont publié dans le domaine de l'accompagnement.

2.2. La situation spatiale et posturale en supervision

Description

Pour cette première analyse autour de la pratique, je me permets un peu d'audace sur la base d'un concept important porté par Carl Rogers qui nous invite à rejoindre la personne accompagnée « là où elle est ». Dans ce chapitre je me permets d'y ajouter qu'il faut également se préoccuper de « là où elle est physiquement ».

Dans ma pratique, j'ai rencontré deux positionnements principaux dans l'installation des participants à l'accueil d'une supervision :

- Assis autour d'une ou de plusieurs tables centrales
- Assis en cercle avec un espace libre au milieu

Les deux cas de figure se retrouvent en individuel avec un positionnement face à face.

Impact sur le processus de supervision

Au niveau sensoriel, les tables ont principalement un impact sur la vision qui est canalisée par leur présence qui fournit un appui sensoriel fort : « c'est là que cela se passe ». Le regard n'a que peu ou difficilement accès au sol et il se trouve porté plus haut, ce qui enlève un espace de repos pour celui-ci « on ne peut pas se regarder les pieds ».

En l'absence de table, le regard a accès à bien plus d'informations et est plus libre de naviguer entre le sol pour l'intéroception ou le repos, les autres membres du groupe qui sont visibles de la tête aux pieds et vers l'espace global ce qui stimule la créativité ou génère la dispersion.

Cette matérialisation du centre par les tables a une implication stabilisante sur le plan tonique par un appui physique et visuel.

Lors des échanges avec une forte portée émotionnelle, la personne peut être animée de modulations tonico-émotionnelles importantes. La table et la chaise seront alors un moyen de contenance apprécié par certains. A contrario, d'autres personnes prises par l'émotion ont plutôt besoin de bouger, changer de posture et l'absence de table leur conviendra mieux.

Les tables dissimulent des informations concernant l'expression non-verbale des personnes en présence. Position et mouvement des jambes, modulations toniques, auto-contacts et orientations du corps sont des éléments expressifs importants et qui soutiennent l'ajustement interindividuel. C'est, de ce point de vue, une perte en possibilité de compréhension concernant les besoins de son interlocuteur. Selon Santarpia (2020) l'approche humaniste se décline en différents courants qui incluent plus ou moins directement la dimension corporelle, mais pour l'ensemble de ces pratiques il s'agit pour le moins « *d'observer et prendre en compte la congruence entre les gestes et la parole du patient, afin d'identifier des tensions psychiques difficiles à exprimer ou même à conscientiser* ». Même si la supervision n'a pas une visée thérapeutique, j'y retrouve la nécessité d'avoir cette attention soutenue à cette question de congruence entre l'expression verbale et l'expression non-verbale.

Avoir le bas du corps caché, peut par contre être un élément sécurisant pour certaines personnes. Pouvoir se refermer corporellement face à des thématiques difficiles peut aider à rester en présence du groupe tout en se contenant émotionnellement. Dans ce cas, la présence de la table sera une ressource.

Je pourrais décortiquer encore tous les avantages et inconvénients de chacune de ces dispositions, mais il me semble que ces quelques lignes permettent de dégager deux hypothèses :

- Les tables au milieu participent à une dimension plus formelle et plus fermée sur le plan psychocorporel, mais qui ont l'avantage d'apporter un appui et donc une forme de contenance lorsque l'on se sent déstabilisé.
- L'absence de table figure un échange plus ouvert aux informations non-verbales et aux expressions émotionnelles des participant·e·s. C'est donc a priori une disposition plus ouverte sur le plan relationnel avec ses avantages et ses risques.

Symboliquement, cette 2^{ème} disposition fait appel aux groupes d'échange ou de thérapie et signifie une coupure avec les dispositifs de colloque les plus courants. Ce qui n'est pas anodin si on se réfère à l'accompagnement d'une équipe par exemple.

Mon aperçu est qu'il n'y pas une disposition idéale, particulièrement pour un groupe dont chaque individualité pourra vivre les choses différemment. Cette analyse concernant le positionnement dans l'espace amène plus à la réflexion qu'à la réponse.

Avant d'accueillir un groupe, il s'agit donc de s'interroger sur le profil professionnel et le lieu dans lequel les supervisions auront lieu. S'il s'agit de leurs bureaux, déplacer les meubles et créer une autre configuration peut physiquement venir signifier une différenciation des temps de colloques ou autres réunions. C'est en même temps une action d'appropriation de leur lieu de travail qui peut déranger, voir rigidifier certain·e·s professionnel·le·s.

Il ne faut également pas négliger la dimension symbolique des dispositions et faire avec cela. Pour illustrer ce phénomène, je vais relater une séquence de supervision. Les participant·e·s ont eu un moment individuel pour élaborer autour de leurs valeurs et les impacts qu'elles ont sur leur manière d'aborder leur mandat professionnel. Afin de partager sur cette réflexion en groupe, nous nous sommes installé·e·s en cercle, sur des chaises pour certains et un petit canapé pour d'autres. Une personne du groupe commence avec un sourire « je m'appelle ... je suis alcoolique... » Nous avons ri et j'ai pu nommer la connotation plus personnelle de ce moment. Le thème qui, même si professionnel, était centrée sur chaque individu associé au positionnement en cercle de chaises ont amené l'image d'un groupe de parole bien connu. Grâce à l'intelligence émotionnelle de cette personne la tension ressentie a pu être transformée par le rire, puis la validation. Sans elle, peut-être qu'il y aurait eu plus de tensions internes ou d'évitement de la démarche. Soutenu·e·s par sa clarification, nous avons pu accéder à un partage très intéressant et qui touchait effectivement aux personnes professionnelles. Cette expérience permet d'éclairer comment un type d'emplacement peut soutenir ou pondérer une symbolique ressentie durant la séance ou dès l'accueil d'une personne ou d'un groupe.

Mon choix de confort, est l'espace sans table. Je trouve bénéfique de différencier l'espace de supervision de l'espace de réunion classique et je me sens les compétences d'accompagner les craintes que cela peut générer. J'apprécie également, au besoin, de pouvoir faire bouger les participants et cela est évidemment plus simple avec un espace central dégagé. Mais je reste sans dogmatisme, il est important d'analyser la situation en amont, d'observer les participant·e·s et d'adapter l'espace d'accueil. Lors de ma première expérience de supervision d'équipe, les circonstances m'ont amenée à tout expérimenter en termes de disposition et ceci avec le même groupe. Leur déménagement et l'impossibilité d'être constamment dans la même salle, nous a impliqué ensemble dans ce questionnement de l'installation. Chaises en cercle, chaises autour d'une table rectangulaire, trois lieux différents etc. n'ont pas significativement perturbé notre processus. Cela a nécessité une attention accrue autour du temps d'accueil et de mise en place d'une disposition propice à la posture réflexive.

A noter que j'ai toujours des tables en bordures pour les moments de travail en brainstorming et il est aussi précieux de régulièrement se remettre « autour de la table ». Il y a donc l'accueil qui a sa forme et ensuite les alternances possibles durant la séance.

Lors de cette formation, j'ai également beaucoup expérimenté les supervisions en visioconférence et cet « emplacement particulier » me semble également à évoquer. Dans ce cas, les participant·e·s sont confronté·e·s à deux espaces totalement distincts : l'espace partagé, l'écran qui même si l'ordre et la qualité d'affichage des visages divergent d'une personne à l'autre est relativement similaire et l'espace intime de chaque participant. Chacun·e est dans un lieu auquel les autres n'ont pas accès. Si une personne entre dans le bureau d'un ou d'une participant·e cela aura un impact sur son attention dont les autres n'auront potentiellement pas les moyens de comprendre les modifications et cela crée des incohérences dans le langage non-verbal.

Un autre élément est le positionnement physique qui pourra être très individualisé contrairement au présentiel. L'un·e pourra être assis·e, l'autre debout ou encore couché·e comme cette participante enceinte qui a pu prendre soin de ses besoins physiques et ainsi rester avec nous plus longtemps que le présentiel ne l'aurait permis. Même si en présentiel, cette individualité est partiellement possible, elle est plus difficile à mettre en place et surtout à s'autoriser.

2.3. Les pratiques axées sur la préparation et la sortie de la posture réflexive

Je vais m'intéresser ici aux dispositifs qui favorisent un retour sur soi : sur ses ressentis sensoriels et émotionnels. Ces méthodes, dites intéroceptives peuvent aider la personne accompagnée en supervision à entrer plus profondément dans une posture réflexive selon la terminologie de Lamy et Moral (2021).

Cette catégorie d'activités pourra être proposée avant l'explicitation de la situation pour se préparer à entrer dans la démarche, pendant le travail pour se remobiliser ou recentrer l'attention ou encore en fin de démarche pour offrir une transition entre l'espace de supervision avec tout ce qui y a été vécu et la reprise du quotidien.

Je pense qu'il est précieux de soigner la manière dont on entre et l'on sort d'une posture réflexive. Cela permet de sécuriser l'espace de supervision en lui donnant un avant et un après.

Ces techniques permettent de se connecter aux perceptions corporelles et de se rendre disponible à la supervision. Effectivement, lorsque l'on entre dans une salle de supervision, il y a des échanges informels, des transmissions d'informations professionnelles, vite un message à son enfant pour qu'il n'oublie pas de partir ou la programmation de son gadget de domotique. Concrètement les participant-e-s sont là et ailleurs. Il est donc important de prendre le temps de s'ancrer dans la séance.

2.3.1. Les exercices de respiration et d'ancrage psychomoteur – préparation de la posture réflexive

Exercice d'ancrage psychomoteur assis

La proposition d'un exercice d'ancrage assis est une forme socialement accessible de proposer un travail d'intéroception. L'objet chaise relie au lieu professionnel, la posture assise uniformise les positions et évite d'être trop exposé-e au regard des autres. C'est donc un moyen que j'ai utilisé à de nombreuses reprises en introduction de supervision. Ce type de déroulement se trouve dans d'innombrables traditions, méthodes de détente ou autre. Je suis personnellement incapable de suivre une procédure uniforme et je m'adapte en permanence par l'observation de la personne ou du groupe en termes de chronologie, de temporalité et d'intensité du processus. La description ci-dessous correspond donc à ce qui se rapproche le plus de ce que je peux proposer. Il n'existe donc pas à ma connaissance « d'exercice d'ancrage psychomoteur » protocolé.

Description

Les membres du groupe sont invités à s'asseoir au bout de leur chaise, à poser les pieds au sol et à fermer les yeux ou à fixer un point au sol à 1m d'eux. Ils peuvent ensuite sentir la qualité de leur respiration sans chercher à la modifier. Dans un 3^{ème} temps, ils sont amenés à bouger légèrement et successivement la tête, les épaules, le buste et les jambes dans l'idée de donner du jeu dans les articulations. Cette intention de donner une liberté articulaire est nommée.

En dernier lieu, une fois une forme d'immobilité retrouvée, je leur propose de prendre conscience de leur état corporel et de leurs éventuels besoins, afin de se sentir confortables durant la supervision.

Une fois l'exercice terminé, chaque personne donne un retour de manière libre ou selon un autre dispositif (métaphore, cartes images ou dispositif du « corps professionnel » décrit plus bas.)

Le même dispositif est également possible en individuel. Dans ce cas également, je vais m'installer dans la même posture et guider verbalement le ou la supervisé-e.

Impact sur le processus de supervision

Un objectif est de permettre un passage entre le quotidien et ce moment de réflexivité qui demandera une attention intense. L'ancrage corporel étant comme une porte d'entrée vers un ancrage psychique dans l'ici et maintenant. C'est en ce sens que l'action de poser les pieds au sol est importante. Elle symbolise une posture active, commune et volontaire dans le début de processus qui se distingue des postures éventuelles de retrait avec un relâchement tonique et des appuis dos assez forts ou des postures de protection ou de verrouillage (tenir le corps qui s'écroule) que peuvent signifier les bras et jambes croisées. Ces autres postures auront ensuite toutes leur place et feront partie du dialogue non-verbal qui ponctuera la séance et permettra de nous singulariser.

Le dispositif a également pour but de se détendre physiquement et psychologiquement, ce que l'on nomme également comme une régulation tonico-émotionnelle. Le mouvement va permettre un relâchement musculaire et par là même une libération de la respiration. En effet consécutif, il y aura une meilleure oxygénation du corps, dont le cerveau qui se trouve ainsi ressourcé et prêt au travail.

Cet élément de la respiration est un élément extrêmement important pour moi. Elle s'observe à travers la qualité tonique, les mouvements du buste ou la qualité rythmique et/ou sonore de la voix. Seule fonction physiologique qui a un contrôle par le système nerveux central et le système nerveux végétatif, elle est autant affectée par les émotions qu'elle peut les réguler. Elle est donc un média entre le conscient et l'inconscient. Les répercussions d'une respiration conscientisée sont donc multiples, mais en ce qui concerne la préparation à la posture réflexive je noterai : la détente globale (relâchement tonique, détente des tissus conjonctifs et des organes internes), l'oxygénation, la régulation émotionnelle, l'ancrage dans le moment présent.

Concernant ce dernier point, j'aimerais encore citer le témoignage d'une ancienne patiente de Van der Kolk (2014, p.466) qu'il retranscrit dans son livre. Elle lui décrit un cours de yoga : « Le professeur nous a demandé d'inspirer le plus possible et de remarquer notre limite. Elle a dit que, si on a conscience de sa respiration, on est dans le présent parce qu'on ne peut pas respirer dans le futur ou le passé. » Cette phrase m'a frappée par sa grande simplicité et sa pertinence dans ce qu'elle exprime de la disponibilité à ce qui va se passer dans l'ici et maintenant. Première intention qui est la mienne en début de séance.

Lors de l'accompagnement en supervision, je garde toujours en tête que la proposition de se centrer sur ses sensations et sa respiration peut surprendre, voir gêner. Il est donc impératif de poser le cadre de manière très claire. Il s'agit d'une proposition et les participant·e·s sont invité·e·s à oser, tout en respectant leurs résistances. Être attentif à soi implique de s'autoriser à la « désobéissance » si on perçoit certaines étapes de l'activité comme désagréables. Proposer des dispositifs qui surprennent et sortent de la zone de confort nécessite de la précision dans la consigne, de la congruence et parfois un peu d'humour pour lancer la dynamique.

2.3.2. Le « corps professionnel »

Lors de plusieurs supervisions, j'ai proposé au groupe une activité que j'ai nommée « le corps professionnel ». L'intention est d'amener chaque participant à se positionner sur les qualités professionnelles qu'il possède et va mettre au profit du groupe. Il est donc question de se centrer sur soi, pour progressivement s'ouvrir au groupe et à l'apport que l'on aura dans l'intelligence collective.

Description

Au préalable, les participant·e·s sont accompagné·e·s dans un temps de focus sur les sensations du corps. Ils sont ensuite invité·e·s à choisir une partie du corps par laquelle ils vont définir une de leur qualité et ce en quoi elle est une force sur le plan professionnel. Un tour de parole est ensuite organisé pendant lequel chaque personne s'exprime et dessine sa métaphore sur une silhouette commune.

Impact sur le processus de supervision

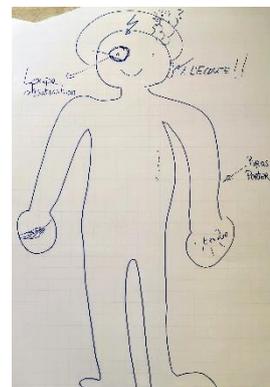
Dans un premier temps, le retour sur soi permet de relâcher les éventuelles tensions, se connecter au moment présent et s'autoriser à s'intéresser à soi en terme positif, de ressource, de qualité. La partie métaphorique permettant la créativité qui est un élément important en supervision. Comme je le dis parfois en supervision, cela permet d'oser une métaphore, ici la partie du corps, qui est juste dans l'ici et maintenant et qui pourrait être autre plus tard.

Au niveau du groupe cette activité introductive permet de situer les ressources en présence, de différencier les qualités individuelles, tout en les rassemblant sur la silhouette qui figure la symbolique de force collective.

La forme métaphorique et inhabituelle permet au groupe de l'investir comme une activité introductive plutôt ludique. C'est effectivement très amusant de découvrir la qualité « genou » du collègue qui a une grande capacité à articuler et mettre en lien le réseau par exemple.

Cette forme d'accueil me permet également de situer la posture réflexive à venir dans une dynamique qui implique le corps, les affects et la cognition dans un étayage réciproque.

Dans ce temps d'échange, nous ne sommes pas encore centré·e·s sur une problématique proposée, mais nous nous préparons ensemble dans une position de recul et de métacognition. C'est en ces termes que je considère l'exercice du « corps professionnel » comme étant favorable à la mobilisation d'une posture réflexive et tout à fait pertinent dans l'introduction d'une supervision.



7. Illustration, pratique en groupe. A. Schoch Prince

2.3.3. Les pratiques de détente pour sortir de la posture réflexive

L'accompagnement par la supervision nécessite également une attention sur la manière dont on quitte ce moment très particulier. Je pratique régulièrement les tours de parole, les apports métaphoriques avec ou sans support et apprécie d'apporter une touche plus corporelle à cette sortie de démarche.

Description

Les pratiques de détente en fin de séance peuvent être proposées de plusieurs manières. Les invariants sont : la simplicité, la possibilité de le faire dans la posture du moment et la présence consciente de la respiration. Sur la forme, voici quelques mobilisations régulièrement proposées :

Effectuer une respiration augmentée avec des mouvements circulaires des épaules suivi d'étirements des bras vers le ciel.

Inspirer avec les mains devant le sternum, puis expirer avec étirements des bras vers le ciel les paumes des mains jointes, puis en traçant un arc de ciel avec les bras qui redescendent de chaque côté.

Proposer un automassage par effleurement. Il s'agit d'effleurer de haut en bas chaque partie du corps en partant de la tête. Si les contenus ont été intenses, il m'arrive même de nommer le balayage des tensions résiduelles qui vont être lancées au centre du cercle.

Proposer un automassage des épaules, la main droite masse l'épaule gauche et redescend en diagonale. Même procédé avec l'autre main.

Quelle que soit la méthode, je mets un accent sur la respiration et introduit ce moment avec bienveillance tout en précisant la notion de choix.

Impact sur le processus de supervision

Les raisons qui m'amèneront à proposer une pratique de respiration ou un automassage par exemple sont principalement l'énergie du groupe ou le contenu verbal qui a clôturé la séance. Il est nécessaire que ce qui devait se dire puisse se dire, la pratique corporelle est à ce moment-là complémentaire.

Je perçois parfois que ce qui devait être posé verbalement l'a été et qu'une grande fatigue est présente. Pour illustrer, il s'agira par exemple de la fin d'un tour de parole suivi d'un silence où le groupe reste presque immobile. Après ce premier temps de calme qui permet en quelque sorte d'intégrer ce qui a été partagé, je vais alors proposer au groupe une pratique de détente. Le type de dispositif ou le rythme de celui-ci va différer selon mon intention : dynamiser et se ressourcer afin de pouvoir mieux aborder la transition ou apaiser et intégrer dans la douceur en fin d'un processus intense.

Il s'agit donc de pratiques corporelles individuelles, douces et/ou dynamisantes. Elles permettent de revenir à soi, versus le travail de groupe ou en accompagnement avec le ou la superviseur-e, et de donner l'énergie utile à la transition.

Ces pratiques s'intègrent à cette transformation par la supervision de toutes les dimensions de compétences en œuvre chez les professionnel·le·s. Terminer un mandat professionnel tout comme une séance de supervision se fait en écoute de la congruence entre les mots et pensées qu'on lui attribue, les affects qui y sont liés et les ressentis corporels.

Je peux citer comme exemple un groupe que j'ai accompagné un certain nombre de séances et avec lequel j'ai régulièrement, mais pas systématiquement, pratiqué des exercices de fin de supervision par l'étirement et la respiration. Rien de très protocolé, mais guidée par mon observation.

Lors de la séance de fin du processus de supervision, nous avons conclu de manière très progressive avec un tour de chaise afin que chaque personne puisse s'exprimer. Puis, les corps se sont littéralement figés, le silence a gagné le groupe et quelques regards se sont tournés vers moi. Nous avons nommé la fin de séance (j'animais ce groupe en duo), mais cela ne suffisait pas pour que les corps s'emparent de cette autorisation à s'en aller. J'ai alors souri et j'ai nommé « ok, je ne vais pas vous laisser partir comme ça », sans autre explication je me suis étirée, j'ai amplement respiré, accompagnée spontanément du groupe. Les sourires et les mouvements sont revenus, la supervision était alors totalement terminée.

2.3.4. L'échange par deux en mouvement

Description

Lors de ce dispositif, il s'agit de se mettre en groupe de deux pour se déplacer dans un espace donné, qui peut être très large, mais se doit d'être défini, afin d'échanger sur une thématique. On peut évidemment y voir un lien avec les pratiques des philosophes grecs qui ont, à l'image d'Aristote, beaucoup associé la marche et l'échange verbal. Il est donc plus exact de considérer ce qui suit comme une proposition qu'un dispositif.

Impact sur le processus de supervision

Les personnes sont naturellement amenées à se placer côte à côte pour se déplacer. Être côte-à-côte porte une symbolique de camaraderie et d'entraide, c'est également une position moins directe que le face à face sur le plan relationnel. Ce positionnement aura tendance à baisser la vigilance et les défenses affectives et favorisera la liberté dans l'échange.

La marche en elle-même est une dynamique physiologique qui permet la détente et l'oxygénation par une respiration plus libérée, voire augmentée selon le rythme ou les lieux (des escaliers par exemple). On retrouve cet impact intéressant de baisse des tensions internes et de l'oxygénation.

Les regards ne sont pas placés sur le partenaire, mais naviguent entre le partenaire et l'espace à disposition. Le regard rencontre des objets, couleurs et luminosités diversifiés. C'est un élément important du dispositif qui ouvre le champ de la réflexivité nourrie des éléments visuels rencontrés.

Une récente étude de chercheurs de l'université de Wurtzbourg en Allemagne (*Psychological research*, 08.01.2022) a démontré l'impact positif de la liberté de mouvement du corps et des yeux sur la créativité et plus particulièrement la pensée divergente. C'est-à-dire la capacité à trouver plusieurs solutions à un sujet donné.

En s'appuyant sur cette étude, je présume que le déplacement aura tendance à ouvrir les possibles dans une dynamique en arborescence. C'est-à-dire que l'ouverture du champ visuel va contribuer à la diversité des possibles échangés. C'est donc un dispositif qui a toute sa place dans une phase de réflexivité, mais, pour permettre une étape de métaréflexion ou du moins un tri de ces possibles, il faudra que s'ensuive un média qui favorise la pensée convergente.

Exemple issu de ma pratique :

Lors d'une séance de supervision en groupe, les participant-e-s n'étaient pas au clair sur ce qu'ils souhaitaient traiter et l'énergie semblait plutôt basse. Je leur ai donc proposé ce dispositif en préalable du choix de la thématique de supervision. Ils sont donc partis avec la consigne d'échanger sur leurs besoins individuels sur la base des quelques choix évoqués en groupe et de revenir avec une proposition de consensus pour le duo.

Les sous-groupes sont revenus plus en éveil, ce qui s'observait par l'expression faciale et la tonicité des postures, et avec un choix par duo. Un binôme est revenu avec une métaphore théâtrale qu'ils ont souhaité jouer. Effectivement, le déplacement dans l'espace les a amenés vers un jeu de baby-foot avec lequel ils ont signifié leur vécu de la situation professionnelle du moment. Cette métaphore a beaucoup parlé aux autres membres de l'équipe et cela a été le préalable d'une séance très riche et investie sur la dynamique d'équipe et les implications individuelles et groupales.

Dans cette situation, mon analyse est que l'invitation à se déplacer et échanger autour des besoins a permis, du moins pour ce duo, une pensée créative. Le regard ouvert sur l'espace et les objets a fait émerger cette métaphore et probablement que le « hors cadre » du premier dispositif a autorisé le « hors cadre » de leur retour au groupe. De plus, j'imagine sans pouvoir le vérifier, que la mise en mouvement des autres collègues les a rendus plus disponibles à cette forme inhabituelle de métaphore et au travail qui a suivi.

2.4. Outils de mise en situation, support à la compréhension des enjeux de la situation, axés sur la « démarche réflexive »

2.4.1. La caricature corporelle

Description

La caricature corporelle est un dispositif qui est issu du cadre thérapeutique en psychomotricité. Il s'agit de se mettre en condition d'écoute des perceptions corporelles (tension, détente, poids, déséquilibres etc.) de chaque partie du corps successivement et de les accentuer physiquement. La consigne clé étant « tu accentues ce que tu sens physiquement et tu gardes la position ». Par exemple, la sensation d'une épaule un peu plus lourde sera mise en corps en laissant l'épaule descendre de manière significative. Il en résulte une statue « caricature » de ce que l'on ressent dans le moment présent. Puis, deuxième consigne : « prends juste connaissance de la position actuelle et accueille l'éventuelle émotion, sensation ou mot clé qui te vient ». En dernière étape, la personne est invitée à accueillir ce qu'il faut traiter en premier, ce qui est le plus important pour elle.

Impact sur le processus de supervision

Cet exercice propice dans le cadre de la supervision individuelle, permet de réaliser l'état corporel du moment et par un questionnement guidé, de le lier à un état émotionnel, une image ou une situation. La personne peut ensuite être amenée à prendre conscience de ses besoins pour se sentir plus confortable ou dans tous les cas engager du changement.

Dans le cadre de la supervision, je l'utilise lorsque les mots ne suffisent plus à qualifier l'état interne impliqué dans ou par la situation professionnelle évoquée. La personne supervisée utilise des mots similaires en boucle sans jamais se sentir dans le juste et semble dans une impasse. Se concentrer un temps sur les signaux du corps permet de stopper le remous lexical, de redonner d'autres repères, d'ouvrir les perspectives de compréhension et de se réengager dans la démarche réflexive. Cela permet également de renouveler le référentiel sensoriel utilisé pour évoquer la situation problématique. C'est le cas par exemple dans la situation ci-dessous, où la personne reste bloquée dans un référentiel principalement visuel et qui, après la caricature, complète celui-ci avec un lexique issu du kinesthésique. Cela lui permettra de se réengager dans la démarche de transformation souhaitée.

Exemple issu de ma pratique en supervision :

Après un temps d'échange où la personne supervisée expose clairement un certain nombre d'éléments contribuant à un mal-être professionnel global, elle tente de poser une demande concernant le temps de séance. Elle a identifié et nommé les thématiques clés, mais sent et exprime pourtant qu'elle n'est pas au cœur de sa demande « je sais que je ne sais pas », « c'est flou » « ce que j'ai envie de ce temps, ..., je ne sais pas, je suis dans le flou total »

« j'ai tellement les idées qui sont mélangées », « il y a trop » « je ne sais pas ce que je pourrais te dire de ce qui sort d'ici, peut-être à part de l'espoir... »

Je lui propose de se lever pour une expérience à médiation corporelle. Je vérifie bien son adhésion et précise comme toujours l'invitation à arrêter si elle en ressent le besoin. Nous nous levons et après un bref instant pour « dénouer » c'est-à-dire bouger successivement toutes les parties du corps de la tête aux pieds, nous commençons la caricature.

Selon les étapes décrites ci-dessus, elle construit progressivement une caricature humaine. Le mot clé « poids » émerge prioritairement de cette expérience.

Nous nous asseyons ensuite en face à face et reprenons sous forme verbale en prenant comme source le mot clé « poids ». Ses apports sont à nouveaux plus clairs et elle reprendra des mots déjà exprimé précédemment, mais cette fois-ci ils seront incarnés. Ils prendront à nouveau sens. Cette séance lui permettra d'identifier de quoi est fait ce poids et de décider de se décharger quelque peu. Elle dira, lors de la séance suivante, ne plus se souvenir de ce qui avait été dit, mais qu'elle était sortie de la « bulle négative ». Le processus de supervision a continué lors des séances suivantes dans une dynamique qui permettra à cette professionnelle de consolider sa posture professionnelle.

2.4.2. La mise en situation par les emplacements avec ou sans sculpture

Description

Demander au narrateur de positionner les protagonistes d'une situation dans l'espace me semble trouver ses origines dans les outils issus de la systémique. On nomme souvent cela l'exercice des chaises. L'attention plus forte sur le « modelage » des collègues est une extension que l'on retrouve dans de nombreuses méthodes d'accompagnement sous l'anglicisme « sculpting »

Je vous présente ci-dessous, deux expériences issues des séances que j'ai animées. La première utilise uniquement l'emplacement dans l'espace. La deuxième est similaire, mais le narrateur bénéficie de la collaboration des membres du groupes et pourra les « modeler » dans des postures qui lui semble signifiantes.

Impact sur le processus de supervision dans un cadre de supervision individuel

La personne supervisée se trouve en période de questionnement sur la qualité de son travail. Le discours est principalement axé sur le regard des autres. Le dispositif des chaises a comme premier objectif de clarifier le récit et de dissocier les différents « partenaires ».

Je l'invite à placer dans l'espace une chaise par groupe de partenaires et à la situer par rapport à une chaise qui la symbolise en tant que professionnelle. Une fois les chaises placées elle est invitée à s'asseoir sur chacune des chaises et exprimer, depuis leur emplacement, comment les partenaires qualifieraient selon elle son travail. Ce dispositif a eu comme impact de mettre les partenaires « à leur place » et la distancier de leur regard. Cette remise en place a permis de déplacer l'expression « Je n'arrive pas à répondre à ce qu'on me demande » vers « je n'arrive pas à répondre à la charge que je me donne ».

Elle a ensuite pu se focaliser sur ses valeurs, sur ce qu'elle pense primordial comme critère de qualité de ses prestations. Le dispositif a donc été un temps intermédiaire qui a permis un travail d'introspection qui prenait sa source sur un point de vue plus personnel.

Impact sur le processus de supervision en groupe

Le narrateur place ses collègues sur des chaises dans une disposition qui illustre pour lui la situation qui le questionne. Il ajuste également les attitudes posturales en « sculptant » par le geste ou la parole. Aucun mot n'est prononcé par les collègues durant la première phase.

Ils ont ensuite été invités à s'exprimer sur ce qu'ils ressentent dans la position qui leur a été attribuée. Un sentiment partagé d'asymétrie entre les protagonistes est exprimé, puis un collègue nomme le terme de « tribunal ».

Lors de cette première partie, je vois plusieurs éléments importants issus de la mise en forme corporelle. En premier lieu, l'engagement actif des collègues est une implication visible pour le narrateur qui rassemble et donne confiance.

De plus, la situation des chaises dans l'espace en trois dimensions a permis de figurer ce qui était au préalable invisible dans la problématique. L'engagement corporel des collègues leur a permis d'évaluer concrètement l'éloignement corporel et l'isolation visuelle avec certains protagonistes due à l'orientation des corps. De plus, la génération de sous-groupes par cette disposition et ce que cela amenait sur le plan émotionnel leur est clairement et communément apparu.

Avec ce groupe, principalement pour le narrateur, j'ai senti que l'implication avait été déjà forte et qu'un changement de cadre était nécessaire afin de retrouver une zone de confort. Ils ont donc continué l'analyse en groupe avec un dispositif qui impliquait moins le corps. Il est effectivement utile de sortir de sa zone de confort pour envisager du changement, mais il est nécessaire de rester dans ce qu'on peut appeler un bon stress. Il est également nécessaire de rester dans une zone de sécurité qui permette une démarche de supervision. Comme l'a dit très finement Boucenna (janvier 2021) lors de sa conférence sur l'analyse de la pratique à la HEP-BEJUNE, présenter une situation, c'est en quelque sorte prendre le risque de l'exposition de soi à soi et de soi à autrui. Cela implique la responsabilité de la superviseuse ou du superviseur de porter un grand respect à cela et se porter garant-e de la sécurité du cadre dans lequel ce cadeau de confiance peut être accueilli.

2.4.3. Le jeu de rôle

Description

Le jeu de rôle est un dispositif dans lequel on invite une ou plusieurs personnes à jouer la situation exposée. Le jeu de rôle peut être utilisé lors de la narration pour permettre d'explicitier la problématique en y intégrant des éléments difficiles à transmettre verbalement comme les postures et mouvements des protagonistes, le ton de la voix, les distances interpersonnelles etc. Le narrateur peut jouer les rôles de manière successive ou demander à ses collègues de prendre certains rôles.

Si le jeu de rôle est pris durant l'analyse, il est utile d'avoir des observateurs qui peuvent garder une autre distance par rapport à la situation.

Impact sur le processus de supervision

Pour ce dispositif, je vais également amener les impacts en m'appuyant sur un exemple vécu.

Deux membres du groupe de supervisés amènent une métaphore du fonctionnement d'équipe qui a pour cadre deux éléments d'un jeu. Le groupe trouve cette métaphore pertinente et souhaite l'utiliser pour conscientiser les dynamiques relationnelles en présence. Deux personnes prennent le rôle qui est le leur au quotidien et essaient de « jouer », métaphore de « tenir leur mandat ». Les autres collègues peuvent librement entrer et sortir du jeu avec des personnages non-nommés et pas obligatoirement réels qui influencent positivement ou négativement les possibilités de « jeu ».

Cette première phase permet de poser le cadre du sujet de préoccupation, faire figurer les aspects émotionnels en présence, ouvrir la parole et poser quelques repères qui seront utiles à la compréhension.

Durant ce temps, un participant s'éloigne un peu et observe. Je valoriserai cette implication par l'observation en lui demandant de nous livrer ce qu'il voit. Son retour sera un premier pilier de la séquence d'analyse.

Après un échange autour de ce qui a été théâtralisé, je les laisserai jouer avec cet espace avec la consigne de chercher comment « habiter autrement ces contraintes », chacun reprenant un rôle de collaborateur. L'objet-jeu ne peut pas être changé (symbolique du contexte professionnel sur lequel le groupe n'a pas de prise), mais ils peuvent s'organiser comme ils le souhaitent autour de lui (adaptation de l'action professionnelle).

Cette expérience de jeu de rôle aura permis deux phases : la première était l'explicitation et une forme de décharge de la plainte, des souffrances et des implications émotionnelles. Certaines personnes du groupe nommeront ce moment comme charnière dans le processus de supervision, car il a permis d'exprimer les mal-être et de briser le silence autour de ceux-ci. La deuxième partie a favorisé la conscientisation de certaines problématiques et de sortir de la plainte pour expérimenter, sans enjeu, différentes manières de s'organiser autrement, de communiquer, de s'entraider etc. Ils auront ainsi réactivé des liens et des compétences qui avaient été mises à mal.

Mes quelques expériences autour du jeu de rôle me font penser que sa force principale est de permettre une pensée divergente. Ce dispositif ouvre des possibilités, permet d'oser des variantes et de voir ce qu'elles suscitent dans la relation jouée. C'est une excellente opportunité qui nécessite pourtant qu'elle soit suivie d'un temps qui sollicite ensuite la pensée convergente. Nommer, expliciter, écrire ou dessiner sont des moyens complémentaires qui me semblent nécessaires à ne pas laisser les participants dans un tourbillon de possibles. Il n'est pas obligatoire ni même souhaitable de faire des choix ou d'aboutir à des décisions, mais plutôt d'ancrer les idées dans une forme ou une autre. Pour un groupe, je leur ai proposé de faire un dessin, un autre a élaboré une carte mentale, d'autres ont procédé par un partage verbal. A la suite d'un tel dispositif, une démarche de métaréflexion pourra à mon sens plus aisément se construire, car la diversité des représentations sera déjà en partie apparue au groupe. L'ancrage autour d'un vécu corporel et donc de référentiels multisensoriels, me semble dans ce cas une barrière au risque de l'abyme réflexif.

Se lever et interagir corporellement amène une dimension relationnelle augmentée par la possibilité d'un langage non-verbal plus libre, la possibilité de se placer et se déplacer réellement pour signifier son engagement ou son besoin de distance, la dimension « acteur » qui permet une grande créativité et de signifier des éléments émotionnels sans

obligatoirement les nommer. Dans ce cadre, les participant·e·s peuvent être amené·e·s à être touché·e·s et se toucher dans les sens physique et psychoaffectif ce qui n'est pas anodin. Pour ces raisons, la personne qui anime doit bien formuler le cadre de jeu, afin qu'il puisse être créatif tout en restant sécurisé. La question de la sécurité se pose tout particulièrement dans ce type d'expérience. L'engagement total des supervisés et le lâcher-prise amené par la part créative du jeu de rôle n'est possible que dans un contexte de confiance dans le groupe et avec une personne garante du bien-être de chaque participant. Proposer des arrêts, poser des limites ou autoriser plus d'ouverture se compose selon une observation fine et attentive de la gestuelle de chaque participant·e et de la dynamique de groupe.

Le jeu de rôle est un jeu à prendre au sérieux. En supervision, il se met au service de la narration ou de l'analyse de la situation professionnelle. Il est donc nécessaire de veiller à ce que le dispositif ne dérive pas vers une implication personnelle de l'ordre de la thérapie de groupe. Le cadre ne permettant pas d'accompagner les participants dans leurs résonances avec leur vie personnelle, celles-ci doivent être nommées si besoin pour permettre au professionnel de les identifier et les reprendre dans un autre cadre. Signifier la présence de ces résonances peut être utile lorsqu'elles influencent la dynamique de groupe. Je fais donc une distinction entre nommer, ce qui peut avoir sa place en supervision, et traiter, qui ne l'a pas.

2.4.4. La description des corps

Description

J'aimerais évoquer ici l'importance de la narration autour du corps des protagonistes. Lors de la narration d'une situation, il m'arrive régulièrement de demander une description précise des personnes impliquées et de leur gestuelle. Cela ne met pas formellement le ou la supervisé·e en mouvement, mais en réalité son propre corps s'éveille pour chercher les informations qui touchent au corps de l'autre. Cela s'approche certainement de l'intention des démarches d'explicitation qui cherchent à incarner le discours.

Implication sur le processus de supervision

Cette étape me semble amener différents éléments primordiaux :

- Cela conduit la personne supervisée à chercher la mémoire du corps de l'autre à travers la mémoire de ses propres perceptions. Elle va se connecter avec le souvenir de ses ressentis qui vont lui permettre de conscientiser des informations concernant sa relation à l'autre.
- Cela permet aux autres participant·e·s de faire également appel à une évocation plus précise qui va les amener à se rapprocher des protagonistes. En quelque sorte, cela humanise le discours. Ce n'est plus une situation, mais des personnes en situation.

- Cela permet de révéler les dissonances entre ce qui est dit du caractère ou du comportement d'une personne et ce qu'elle amène à sentir physiquement. Des aspects émotionnels et/ou influences psychiques se révèlent à l'exposant·e par les nuances et précisions données concernant par exemple l'attitude, l'énergie perçue chez la personne impliquée, le ton de sa voix ou sa gestuelle.
- Cela pose dans le discours ce qui est de l'ordre du viscéral, de l'attrance ou l'aversion qui sont difficiles à dire, mais qui s'exposent dans la description des corps et de l'apparence physique.

On retrouve un grand nombre de qualités similaires à l'expérience des sculptures. Mais dans ce cas, cela ne passe pas par l'intermédiaire du ou de la collègue sculpté·e et nous restons plus proches de la subjectivité de l'exposant·e.

3. Recherche sous forme d'entretiens semi-directifs

Le questionnement autour de la médiation corporelle en supervision m'a amenée à faire des recherches d'écrits sur le sujet. Très vite, je me suis aperçue qu'il m'était difficile de trouver des livres spécifiquement sur le sujet et que les articles, peu nombreux, se concentraient principalement sur les dispositifs. Il m'est apparu que même si c'est un avantage d'avoir le référentiel de la psychomotricité à disposition, cela risquait de m'amener à m'enfermer dans une zone de confort. Il était donc nécessaire de confronter cette carte du monde avec d'autres. C'est de ce constat que le projet d'entretiens semi-directifs auprès de superviseur·e·s expérimenté·e·s qui ont un intérêt pour le corps en supervision m'est venu.

Je me suis approchée de six personnes. J'ai planifié cinq entretiens dont un a été annulé pour des raisons personnelles. Finalement, quatre entretiens semi-directifs d'environ 45 minutes ont été effectués.

Afin de mener les entretiens j'ai préparé un guide d'entretien avec des questions centrées sur les référentiels théoriques et d'autres sur la pratique de la supervision.

J'ai traité les données de la manière suivante :

- Transcription des réponses à chacune des questions sous forme de tableau par question (annexe 3)
- Analyse transversale des réponses obtenues par question et catégorie de question
- Restitution par verbatims clés et interprétation transversale de ces verbatims

Mon objectif est ainsi de faire évoluer mes représentations et m'ouvrir des perspectives d'évolution de mes accompagnements en supervision.

3.1. Questions générales

Question 1

Est-ce que dans votre quotidien de superviseur·e, la question du corps et du mouvement se pose régulièrement ? Si oui en quel terme ?

Superviseur·e n°1	« Va dépendre du secteur dans lequel il travaille » « La plupart du temps au niveau corporel, au niveau des sensations corporelles, émotionnelles, c'est souvent moi qui viens dessus. C'est moi qui vais mettre les mots, (...) au niveau du comportement, de la posture »
Superviseur·e n°2	« Je me la pose dès la première rencontre, dès que la personne apparaît, parce qu'il y a souvent un message déjà quand on rencontre la personne (...) cette perception qu'on a de manière automatique et instantanée, pour moi c'est important (...) je dois être conscient de ce que ça provoque chez moi, car évidemment c'est une représentation » « attentif à la posture et au positionnement de la personne (..) attentif à mon positionnement (...) notre attention peut aussi partir et cela peut se manifester par son corps »
Superviseur·e n°3	« il se pose à chaque rencontre, même les rencontres numérisées » « d'une manière globale le corps est convoqué à chaque rencontre, je mets un focus par rapport à ça »
Superviseur·e n°4	« je vais vraiment solliciter le corps de manière assez rapide et directe parce que mon approche vise toujours d'amener les personnes à être conscientes, le plus possible conscientes de ce qui se passe au niveau des sensations dans leur corps au niveau des émotions et sentiments qui sont présents et puis aussi au niveau de la pensée et des idées. J'ai toujours ces trois axes qui cohabitent dans ma manière d'accompagner les gens. (...)

Interprétation transversale des verbatims

Mon intention étant d'ouvrir mon champ de références concernant cette question du corps et du mouvement en supervision, mon choix des personnes interrogées induisait donc une réponse globale positive. Mais au niveau des contenus, il y a deux éléments que je trouve particulièrement enrichissants : la question de la temporalité et la question de l'intentionnalité. Pour chacun d'entre eux, même si pour l'une cela apparaîtra plus loin, l'attention au corps se convoque dès le début de la rencontre comme un élément important et révélateur d'informations sur l'état de la personne et la relation qui débute. Pour la question de l'intentionnalité, il est frappant de constater dès cette première question que la question du corps se décline en plusieurs niveaux qu'ils ne mobilisent pas tous. Je retrouve en commun l'observation et la prise en compte des signaux non-verbaux chez eux et chez la personne supervisée. Je retrouve ici ce que je présentais comme « l'a-minima » de la psychologie humaniste concernant la prise en compte du corps selon Santarpià (2020) en début de ce travail.

Ils vont également avoir comme intention plus ou moins directe ou systématique de permettre à leurs supervisé-e-s de prendre conscience de leur mouvements internes et d'y donner du sens. Par plus ou moins je signifie que pour certains cela dépendra du ou de la supervisé-e et/ou de ce qui se passe durant la supervision et pour d'autres c'est un élément primordial de leur approche de la supervision. C'est plutôt dans cette deuxième catégorie que je me situe.

Question 2

De manière générale, professionnelle et personnelle, comment considérez-vous la dyade corps-psychisme ? Où y situez-vous les émotions ?

Superviseur-e n°1	« Ça va ensemble » « On peut les séparer pour les décortiquer, pour aller les regarder avec un focus beaucoup plus central si vous voulez, mais tout va ensemble. On ne peut pas dire les émotions c'est quelque chose et le corps c'en est une autre ».
Superviseur-e n°2	« j'ai longtemps considéré comme ayant une nette séparation entre les deux et je me rends de plus en plus compte que souvent le corps parle et que le psychisme suit » « je fais très attention à mes préconstruits et à essayer de comprendre ce que le corps de l'autre me communique »
Superviseur-e n°3	« c'est un tout, presque une entité, c'est là-dedans ou autour que la conscience navigue, c'est vraiment interrelié constamment » « quand il y a des émotions bloquées c'est très visible et impactant pour le corps. Lorsque ce sont des émotions fluides, qui sont dans la dilatation, le corps fait résonance. Quoi qu'il arrive le corps est toujours présent par rapport à ce qui se joue à l'intérieur »
Superviseur-e n°4	« il est très clair qu'il y a ces trois pôles (...) tout ce qui est cognitif-cérébral- tête et tout ce qui est moteur-physique et corps et l'aspect des émotions est clairement pour moi l'aspect médian qui est aussi celui qui va avec le rythme, la respiration et qui est cet aspect régulateur entre les deux. D'où le fait aussi que je travaille beaucoup avec la respiration et que je travaille beaucoup avec les médias artistiques (...) Symboliser, c'est aussi une manière de se mettre finalement physiquement en mouvement, même si c'est pas debout que de symboliser les difficultés à travers un dessin. »

Interprétation transversale des verbatims

Par cette question, j'ai retrouvé une complexité déjà rencontrée dans mes lectures. Même dans un échantillonnage qui considère un lien d'interrelation corps-psyché, les manières de le conceptualiser sont multiples et la place des émotions peut varier. Les émotions sont parfois considérées de manière équivalente au corps ou à la psyché, d'autres fois situées

dans un « aspect médian » comme le dit une des personnes, ou encore élément indicateur de blocages par exemple. Quelle que soit la proposition, les émotions sont un élément important dans cette dyade, qui relie ou qui constitue un 3^{ème} élément. Dans le modèle de la psychomotricité, les émotions sont plutôt considérées comme un 3^{ème} niveau comme on peut le voir dans la figure type du terme « psychomoteur » (page 18).

Pour l'ensemble de mes interlocuteurs et interlocutrices, la question de la dyade corps-psychisme les a amenés principalement à m'évoquer les conditions et observations de la circulation entre ces niveaux. Effectivement, dès que l'on ouvre vers une polarité, la question de la circulation, du mouvement entre les deux apparaît. Cela m'interpelle, car cet élément rejoint la dynamique de réflexion que j'ai eue en amont de l'écriture de ce mémoire. Intéressée à évoquer les dispositifs en lien avec le corps et le mouvement, je me suis interrogée sur les appuis sur lesquels les développer. J'ai décidé tardivement d'axer sur la dyade corps-psyché, puis, mon choix du référentiel par la psychomotricité, m'a permis de relier les émotions à la démarche.

3.2. Questions sur les référentiels théoriques

Question 3

Y-a-t-il un ou des référentiels théoriques qui vous amènent à porter de l'importance à la communication et l'expression non-verbale en supervision ?

Superviseur-e n°1	NDA : Je nomme la psychologie intégrative de Richard Erskin déjà évoquée. « Alors les supports théoriques autres au niveau corporel et relationnel, je me base sur les supports de Bill Cornell qui lui (...) fait référence au travail relationnel – où il y a le côté relationnel et un questionnement et une mise en lumière au niveau corporel »
Superviseur-e n°2	« l'approche systémique est une approche, (...) des théories de la vie du corps de la société qui permet de ne pas rester enfermé dans sa propre construction du monde. »
Superviseur-e n°3	« ce focus depuis toujours par le premier métier (...) aussi dans les supervisions autour de la place dans la relation, les aspects de transfert-contre transfert » « toujours là dans mes formations, mais principalement dans les thérapies brèves orientées solutions, hypnose thérapeutique, PNL, approches plus subtiles en psycho-énergétique. » « relation d'aide, approche humaniste par son approche globale et holistique » « approche thérapie brève par Chazer et Erikson autour du non-verbal paraverbal » « presque une question qui m'étonne car il est toujours là le corps » « approches corporelles du massage »
Superviseur-e n°4	« mon référentiel de base est l'analyse psycho-organique qui est la méthode de psychothérapie que je pratique et qui a un corpus conceptuel propre à lui » « J'ai fait une formation en collaboration radicale, plus là en terme de type management, qui est aussi(..) une source de pistes et d'idées pratiques. »

Interprétation transversale des verbatims

Cette question avait pour moi deux objectifs : me permettre d'ouvrir les champs théoriques que je pourrai visiter après ma formation et avoir une représentation, même partielle, des champs de formations qui amènent à une pratique de la supervision qui implique la dimension corporelle. Cette analyse me permettra également de me positionner dans ma démarche.

Les personnes interrogées ont des référentiels très différents avec dans certains cas une dominante théorique forte et d'autres un panachage de différentes influences. Les concepts et approches sont très majoritairement issus de la psychologie et sont dans certains cas des supports à la pratique et d'autres plutôt des courants d'influence théoriques.

Leurs réponses permettent de révéler que la focale théorique depuis laquelle est faite l'observation amène un filtre qu'il s'agit de conscientiser. Pour ma part, j'essaie de tendre vers une forme d'écoute inconditionnelle également appliquée à la gestuelle et aux attitudes de la personne. Par ma formation en psychomotricité, j'ai un regard attentif à l'interrelation entre les mouvements du corps, ce qui est dit et les expressions émotionnelles. Je vais avoir une attention plus forte sur la congruence entre ces niveaux qu'à la nécessité de les interpréter. Je laisse ce dernier point sous la responsabilité de la personne supervisée.

A mon sens, observer les expressions non-verbales en supervision, permet prioritairement d'identifier les points de rupture ou déséquilibres qui peuvent être identifiés et explorés par les personnes supervisées. Si je nomme un élément de la communication non-verbale, ce sera uniquement si j'ai l'hypothèse que cela lui permettra de considérer sa problématique sous un angle différent ou complémentaire.

Question 4

Y a-t-il des formations qui vous ont apporté des références et outils qui permettent d'avoir une attention sur le corps et le mouvement durant les supervisions ? Si oui, lesquelles ?

Superviseur-e n°1	« Non »
Superviseur-e n°2	« les jeux de rôles m'ont beaucoup apporté sur l'observation de moi-même par d'autres » « analogie entre les familles et les groupes (...) famille sang froid -sang chaud (...) position du phare (...) observation d'une personne qui se recroqueville »
Superviseur-e n°3	« rien de plus que ce que je connaissais déjà, peut-être à travers mon travail de fin de formation qui traitait de la qualité de rencontre avec des références orientées solution »
Superviseur-e n°4	« J'ai fait ma formation de superviseur en APO »

Interprétation transversale des verbatims

Le petit panel ne permet pas de conclure quoi que ce soit, mais je constate que sauf pour la personne qui a fait sa formation dans le cadre de son champ professionnel, les formations en supervision n'ont pas particulièrement abordé cette question du corps et du mouvement en supervision.

Comme l'a exprimé une superviseure pour la question 3 « il est toujours là le corps » et c'est peut-être cette évidence qui le rend peu visible. C'est si naturel qu'on ne prend peut-être pas assez le temps de considérer cet élément de manière explicite en formation. Je pense que cette dimension gagnerait à être interrogée de manière plus approfondie, au moins en ce qui concerne la prise en compte des signaux corporels de l'accompagné-e ou de la personne qui supervise.

Pour ma part, je m'appuie sur mes prérequis en psychomotricité et essaye, par ce travail, de les ajuster à la pratique de la supervision. Cela se construit conjointement à l'assimilation de nombreux autres outils utiles à l'accompagnement qu'ils soient de dominance verbale ou organisationnelle. Il est évident que c'est le travail de toute une vie professionnelle avec sa mise en pratique, mais également les interventions et formations complémentaires nécessaires.

3.3. Questions sur la pratique de la supervision

3.3.1. L'emplacement des supervisé·e·s

Question 5

Comment installez-vous les personnes en individuel et en groupe pour les supervisions ? Pourquoi ce choix ?

Superviseur-e n°1	« (...) en individuel j'ai cette place là et puis, (...) je lui propose de s'installer où elle veut et puis ça m'est arrivé de travailler, de dire est-ce que si je m'approche ou est-ce que si tu changes de place est-ce que c'est plus agréable, c'est plus confortable, est-ce que c'est plus confrontant (...)»
Superviseur-e n°2	
Superviseur-e n°3	« ces derniers mois à distance, par quelques minutes de rien, se poser « calibrer l'autre : les micro-mouvements, les yeux, position des épaules et question pour permettre de déposer ou que l'autre se sente accueilli complètement » « dans mon atelier deux places possibles et je laisse la liberté et je m'adapte. Un espace vide et un espace avec une table » « permettre à l'autre d'être confortable et ne pas m'oublier dans l'histoire » « utile et important que l'autre puisse choisir, surtout s'il vient chez moi, c'est mon environnement (...) c'est important qu'il puisse avoir ses marques. »
Superviseur-e n°4	« en individuel on commence en face à face et ensuite on continue en mouvement. J'ai un grand tapis carré qui est l'espace d'exploration (...) par exemple faire physiquement l'expérience d'évaluer et sentir ma présence (...) permet de physiquement se rendre compte qu'elle n'avait aucune notion de la perception de ses limites physiques déjà et à partir de là travailler sur les notions de distance »

Question 6

Même question pour les groupes et les équipes, quel positionnement dans l'espace proposez-vous ?

Superviseur-e n°1	« (...). Dans les groupes, mes clients se sont amusés (...) pour rigoler un peu, tu fais la cheffe parce que tu as le fauteuil du chef. Et je dis bien viens tu prends ma place et puis on change. Et tout le monde a essayé mon fauteuil. »
Superviseur-e n°2	« toujours l'idée c'est que si je suis superviseur je dois voir tout le monde, je dois voir le visage de tout le monde » « c'est bien d'avoir une table où ils peuvent écrire, mettre leurs idées sur le papier »
Superviseur-e n°3	« au niveau des groupes, j'ai remarqué très vite la tendance à toujours s'asseoir au même endroit. Pour moi et pour les autres. (...) J'ai verbalisé, tiens aujourd'hui j'ai envie de m'asseoir ailleurs, ça a fait circuler la place des autres» « j'y suis très attentive, parce que je sais que l'endroit où on est placé peut énormément influencer comment on va penser »
Superviseur-e n°4	« pour les groupes toujours en cercle assis et à partir de là , en fonction de ce qui émerge (...) je ne suis pas quelqu'un qui fonctionne selon un programme préétabli (...) j'accueille, je laisse émerger et je compose à partir de ce qui émerge pour être au plus près des besoins des équipes »

Question 7

Y a-t-il un autre élément dans la posture ou le positionnement dans l'espace qui vous semble primordial ?

Superviseur-e n°1	« Déjà que ce soit confortable, que ce soit accueillant, (...) Que ce soit sensoriel, enfin cela ne s'entend pas à l'audio, mais c'est un tapis très doux »
Superviseur-e n°2	« se voir » « la distance » « je me réfère à cette question du lien entre le corps, le visage (...) le haut du visage exprime beaucoup » « si ce haut du visage tu l'as à 5 mètres de toi ça peut être compliqué. »
Superviseur-e n°3	« je permets le confort, mais si la personne veut être pliée en quatre, ça lui appartient. C'est bien sûr quelque chose qui va peut-être reparlé plus tard, sans forcément chercher ou demander une réponse.(...) dire à l'autre je t'ai vu »
Superviseur-e n°4	

Interprétation transversale des verbatims concernant l'emplacement

Les réponses montrent des points d'attention sur plusieurs niveaux dont j'ai relevé plusieurs éléments :

- La question du confort, que la personne supervisée puisse se sentir au mieux et l'aspect sensoriel qui peut y être lié : textiles agréables, visuel accueillant.
- L'élément pratique, avoir suffisamment d'espace pour écrire par exemple
- Le choix de l'emplacement donné qui invite la personne à se positionner selon son souhait, à prendre soin d'elle.
- L'attention sur la distance interpersonnelle et la possibilité du contact visuel.
- L'observation des positionnements du corps ou dans l'espace et de ce que cela peut révéler sur le plan émotionnel et/ou symbolique.

Selon l'opportunité ou la manière de pratiquer, il m'a été relaté plusieurs niveaux d'explicité : l'observation, la verbalisation ou la mise en jeu (par exemple : « si je m'approche, c'est comment ? ». Ces degrés d'explicitation impliquent de convoquer plus ou moins le corps et la posture dans le dialogue relationnel en supervision. Si cela se fait à l'accueil, dans l'exemple où il y a un choix de place qui est donné, une attention au corps dans ce contexte est signifiée.

Lors des entretiens, ces questions m'ont semblé prendre sens pour l'ensemble des superviseur-e-s. J'ai également trouvé frappant, pour les personnes dont j'ai vu les lieux d'accompagnement, la grande congruence entre l'environnement et leur profil professionnel, en tout cas tel que je me le suis représenté en toute subjectivité. Le contexte invite le ou la supervisé-e à percevoir quelque chose de la personne qui va l'accompagner. C'est un élément important dans le choix du lieu.

Pour le groupe ou une équipe, cela n'a pas la même couleur d'avoir un intervenant sur site ou de se retrouver dans un lieu choisi par celui-ci. Je pense que cela restera pour moi des points de vigilance et de réflexion.

3.3.2. La communication et l'expression non-verbale

Question 8

Est-ce que cela est important pour vous de prendre en compte la communication non-verbale du ou de la supervisé-e ? Avez-vous une méthodologie particulière à ce sujet ?

Superviseur-e n°1	« Au niveau du langage non verbal, je peux le mettre à jour dans le sens, je te vois fermé, qu'est ce qui se passe ou je te vois froncer les sourcils... » Et par rapport à vous-même. Est-ce qu'il vous arrive de nommer ce que la narration fait dans votre propre corps ? « Dans ma manière de faire c'est : est-ce que ça te parle ? est-ce que ça a du sens pour toi. » « J'ouvre des portes et après si ce n'est ça ou c'est pas ça c'est pas grave »
Superviseur-e n°2	« important évidemment « au niveau de la méthodologie, pouvoir moi percevoir la personne comme suffisamment à l'aise pour pouvoir travailler et cela passe par un petit sas d'entrée : comment ça va etc(...) »
Superviseur-e n°3	« très important, la méthodologie est le calibrage et après la synchronisation qui peut aller jusqu'à la respiration, issu de l'hypnose thérapeutique et PNL. » « Avant la rencontre je fais une préparation psychocorporelle. Une ou deux minutes d'ancrage, pieds aux sol, respiration et micro scanner corporel » « je vérifie où j'en suis au niveau corporel et de mes pensées en ensuite j'accueille la personne »
Superviseur-e n°4	

Question 9

Vous arrive-t-il de nommer les observations du langage corporel que vous observez chez vous et/ou chez la personne accompagnée ?

Superviseur-e n°1	
Superviseur-e n°2	« oui, ça m'arrive » « s'il s'est passé quelque chose avant, je vais le dire » « si je vois son corps et son visage qui se rétrécit et là je vais dire (...) tranquilliser, utiliser un langage de sécurité » « il faut que je sois conscient de ce qui est en train de se passer chez moi,(...) je vais ralentir quand je suis pris émotionnellement (...) »
Superviseur-e n°3	« oui » « c'est aussi être congruent » « si j'ai un début de mal de tête ou des douleurs, je le dis. » « chez l'autre, je vais volontiers verbaliser ce que j'observe. » « parfois je ne le fais pas tout de suite, en essayant de faire des questions ouvertes, ce qui n'est pas tout simple »
Superviseur-e n°4	« J'enseigne la communication non-verbale et c'est une thématique qui m'importe beaucoup. De toute façon je suis animée forcément par cette question-là et l'intention que je vais mettre sur la posture, le positionnement, les mimo-gestuelles, l'expression sociale, les petits gestes qui vont accompagner, je vais toujours avoir mon attention qui se balade à ces endroits là ça c'est très clair. Je vais en tenir compte systématiquement, mais je vais pas forcément le nommer. »

Question 10

Comment accompagnez-vous les professionnels par rapport à leur ressentis corporels durant la supervision ? Est-ce que vous y faites un lien avec les aspects émotionnels et si oui selon quel dispositif par exemple ?

Superviseur-e n°1	« Je pense ça ne se fait pas forcément comme ça de but en blanc mais ça se fait pendant la supervision. Ce sont des choses que je demande, je me rends compte que je travaille pas mal avec ça »
Superviseur-e n°2	« j'essaie de le faire au bon moment, c'est ça qui est difficile » « je pense qu'il ne faut pas précipiter les émotions, il faut d'abord passer par un récit précis. » « je regarde beaucoup à la fin , est ce que la personne est encore enragée »

	(...) comme je te vois tu es encore enragé (...) est-ce que tu ne devrais pas le travailler en thérapie ou en méthode corporelle ? »
Superviseur-e n°3	« le focus c'est ouvrir le champ de la présence et créer le lien quoi qu'il arrive, accueil inconditionnel, sans en faire un fromage » « je laisse vivre le mouvement »
Superviseur-e n°4	« Il y a plusieurs contextes de supervision, en supervision de psychothérapeutes, le travail de l'identification du contre-transfert et de ce qui se passe (...) pour moi la clé elle vient aussi de ce qui se passe en terme de sensation » « en contexte plus collectif, (...) dans ce que je vais proposer comme expérience, comme exploration, je les mets en mouvement souvent physiquement. »

Interprétation transversale des verbatims sur la communication et l'expression non-verbale

Cette série de réponses est d'une grande richesse et révèle beaucoup de finesse chez ces superviseur-e-s qui accordent de l'attention à de nombreux paramètres tout en estimant la pertinence de les formuler.

Je suis très sensible au verbatim « *il ne faut pas précipiter* » formulé à propos des émotions qui peut être déployé à l'ensemble des manifestations non-verbales. L'expression non-verbale s'invite toujours dans la narration, elle véhicule les émotions et accompagne le verbal. Tout comme il est utile d'accompagner les paroles avec des reformulations ouvertes, les signaux du corps doivent être reçus sans jugement et reflétés uniquement si cela soutient la démarche de la personne supervisée. Dans ce cas seulement, il est possible, comme certain-e-s le font d'aller plus loin dans la conscience des sensations et des informations qu'elles apportent. Parfois il s'agit également de réguler les émotions par la respiration. Dans ce cas, il s'agit plutôt de permettre à la personne de reprendre un chemin réflexif après un blocage émotionnel.

Un autre point abordé dans ces entretiens est l'importance de nos propres informations corporelles. Là aussi, la possibilité d'en donner un reflet à la personne accompagnée se choisit au cas par cas, avec la demande et les besoins de celle-ci en focale. Pour cela, je trouve personnellement très utile de pouvoir l'écrire, afin de prendre le recul et identifier au mieux ce qui m'appartient ou ce qui est un éventuel révélateur de l'objet de supervision.

3.3.3. La posture réflexive

Question 11

Vous arrive-t-il d'utiliser des exercices de respiration ou de conscience corporelle en préparation d'un temps plus réflexif ou à un autre moment de la séance de supervision ? Si oui avez-vous des exemples et quels sont les effets observés ?

Superviseur-e n°1	« ça permet de se recentrer, de se poser un petit peu (...) d'être un peu plus apaisé »
Superviseur-e n°2	« la respiration je l'utilise quand c'est nécessaire (...) personne excitée, qui a vécu quelque chose de terrible. »
Superviseur-e n°3	« au niveau de la respiration bloquée, permettre de prendre de grandes respirations » « avec une équipe j'avais fait tout un rituel d'entrée et de sortie de supervision et j'avais fait la cohérence cardiaque (...)c'est facile, accessible et pas connoté (...) c'est quelque chose que j'ai fait (...)plutôt en entrée, avant partage, avant le moment réflexif et je trouve ce moment plein d'utilité »
Superviseur-e n°4	« la respiration c'est systématique, je pense qu'il y a très peu de séances où je n'utilise pas la respiration. En individuel il y en a pas, en groupe peut-être que c'est un peu moins systématique. « pour moi c'est une clé d'ancrage de centration,c'est très important. » « Le travail sur le corps en individuel oui, en collectif un petit peu moins »

Question 12

Utilisez-vous des « brise-glace » en mouvement ? si oui avec quels bénéfices ou limites ?

Superviseur-e n°1	« pas en tant que superviseur, (...) marcher et à un moment donné se trouver quelqu'un et se présenter » « la limite est quand on commence je vois toute la gêne et les hontes (...) le côté positif est justement de briser la glace, mais moi je le vois presque des fois comme limitant »
Superviseur-e n°2	« oui ça m'arrive, mais j'improvise un peu » « systématique la respiration quand le groupe a vécu un événement critique qui peut mettre en danger l'équilibre » « certains exercices de yoga » « la présentation avec une balle de tennis (...) des choses qui mettent à l'aise, qui détendent »
Superviseur-e n°3	« pas en mouvement » « plus de l'ordre des sensations et de la sensorialité »
Superviseur-e n°4	« je trouve que pour la formation des groupes, pour la cohésion des groupes, c'est quelque chose qui est particulièrement efficace parce qu'il y a l'aspect ludique et de légèreté qui vient amener un lâcher prise et une diminution de ces espèces de gardes qu'on peut se mettre entre collègues (...), il y a une authenticité de positionnement et d'implication de l'être qui est complètement là et qui fait gagner beaucoup de temps dans le processus. »

Interprétation transversale des verbatims concernant la posture réflexive

L'ensemble du groupe interrogé utilise au moins ponctuellement la respiration. Il semble que son impact sur la disponibilité à la démarche réflexive soit largement reconnue. La différence est que les exercices de respiration peuvent être proposés de manière très régulière ou uniquement en contexte de grand stress et donc pour faire face à un besoin. Je fais plutôt partie du premier groupe qui propose régulièrement des exercices de respiration de manière assez spontanée et selon ma compréhension de la dynamique. J'essaie de ne pas laisser les tensions s'accumuler, afin que la personne ou le groupe puisse toujours garder une certaine circulation entre les pôles cognitif, affectif et corporels.

La question des « brise-glace » me semble plus partagée et conditionnée. Les personnes interrogées reflètent bien les freins et gênes que l'on peut rencontrer, ainsi que la complexité que cela induit potentiellement dans la gestion du groupe. Ce sont des dispositifs qui amènent plus de prudence et sont moins plébiscités.

Je pense, comme la 4^{ème} personne questionnée qu'il est très efficace de proposer du mouvement dès la constitution du groupe. L'implication peut être favorablement transformée par l'engagement corporel. Selon le groupe et le mandat, le choix du dispositif sera à bien évaluer dans ce qu'il va mobiliser en termes de distance interpersonnelle, de toucher, et dans ses aspects symboliques et relationnels. A ce stade du processus, une certaine légèreté sera bénéfique à la dynamique de groupe.

3.3.4. La démarche réflexive

Question 13

Durant la narration, vous arrive-t-il d'engager corporellement le ou la supervisé-e ? Si oui avez-vous des exemples et quels sont les bénéfices ou limites observées ?

Superviseur-e n°1	« la narration elle peut avoir des limites, parfois de faire (...) de discuter c'est bien , mais elle a quand même ses limites»
Superviseur-e n°2	« ça m'arrive de leur faire faire des petits groupes » « utilisation des sculptures, les jeux de rôle (...) j'utilise assez souvent »
Superviseur-e n°3	« proposer de changer de place » « proposition des jeux de rôle » « c'est très puissant, même pour des personnes mentales.(...) ça peut faire surgir des empêchements, des résistances». « Cela amène tellement d'informations dans le corps, mais il faut guider » « C'est plus facile en individuel ou il faut que ce soit des personnes qui se connaissent un peu. » « les risques sont qu'il y ait un refus ou une difficulté de dire ce qui se passe»
Superviseur-e n°4	« de sentir ce qu'elle vit, de laisser venir des images ou de regarder s'il y a des sensations en elle, ce retour là oui. » « dans du collectif, (...) je vais travailler avec des jeux de rôle et la personne va être amenée à montrer, à faire voir ce qui c'est passé » « permet de se faire une impression intérieure en fait de la situation . (...) ça modifie aussi un petit peu le point de vue » « il y a des fois des prises de conscience un peu fortes, ce qui pourrait être envisagé comme un risque ou du moins quelque chose dont il s'agit de prendre compte. »

Question 14

Durant l'analyse d'une situation ou un travail de compréhension, vous arrive-t-il d'engager corporellement la personne ou le groupe supervisé ? Quels en sont les bénéfices et limites ?

Superviseur-e n°1	« Permettre au supervisé de se mettre à la place de l'autre (...) » Ce déplacement symbolique, vous le faites aussi physiquement ? « non »
Superviseur-e n°2	« (...)simuler une situation une partie d'entretien» « le bénéfice est pour la personne qui amène la situation de voir les autres collègues se mettre à sa place » « permet de travailler à un niveau presque éthique, un peu philosophique, de l'altruisme, on voit que d'autres s'engagent pour toi, on se met à ta place, on fait un effort pour toi. » « ça crée de la solidarité et ça renforce les valeurs de l'équipe justement les valeurs essentielles : la solidarité, l'entraide, la coopération » « les limites c'est qu'on est dans des représentations (...) en supervision il faut toujours rester attentif aux éclairages que ça a apporté et moins dans l'action »
Superviseur-e n°3	NDA : Répondu plus haut
Superviseur-e n°4	« Plutôt que de simplement en parler comme ça verbalement, je les ai amenés à aller se positionner se mettre en mouvement finalement » « S'il n'y a pas d'engagement corporel, c'est quelque chose de beaucoup plus théorisé, conceptuel. » « Le principal c'est que ça induit de bien tenir le cadre (...) vous avez potentiellement un risque, en tout cas dans les équipes, de dispersion. » « un risque social, de légèreté sociale qui vient de manière un peu défensive prendre le pas sur le fond du travail. « Au niveau individuel il y a juste à rassurer les gens parfois »

Question 15

En conclusion de séance, proposez-vous une écoute particulière des ressentis corporels ou des dispositifs en mouvement ? Dans quel but et avec quel résultat ?

Superviseur-e n°1	« oui, plutôt de la visualisation, méditation »
Superviseur-e n°2	« peu non... »
Superviseur-e n°3	« pour clôturer(...) je te propose de repenser à cette situation qu'est ce qui se passe maintenant dans ton corps(...) voir si quelque chose a changé » « après la séance je vais prendre quelques notes et je note aussi ça, le nœud dans la gorge. (...) je le relis avant la prochaine séance » « je ne vise pas la détente à tout prix » « je repars avec une boule dans le ventre, ok » « c'est moins intellectualisé et moins filtré par des obligations d'être ou des dictats »
Superviseur-e n°4	« en individuel très souvent, en collectif un petit peu moins. »

Interprétation transversale des verbatims concernant la démarche réflexive

Les retours permettent de montrer des intentionnalités différentes selon le moment de la séance de supervision.

En début de séance, il s'agit parfois de soutenir le discours en lui donnant un repérage dans l'espace comme on pourrait le faire avec un dessin. D'autres dispositifs permettent de simuler des entretiens ou faire des jeux de rôle pour comprendre et ressentir la situation, mais aussi envisager des déroulements différents. Ces dispositifs sont plus dynamiques et nécessitent une bonne organisation. Selon les groupes, les gênes sont plus ou moins fortes et impliquent des rires, de l'évitement ou des difficultés à entrer dans la démarche. Cela nécessite une bonne confiance pour accompagner cela.

Toutes ces propositions de début ou milieu de séance invitent fortement l'intelligence collective, mais aussi la solidarité. Si la ou le collègue se lève et prend le rôle d'un-e protagoniste de la situation, il s'implique de manière très altruiste et cela peut être fort émotionnellement. Une personne interrogée relève tout de même le danger de cet aspect magique attribué à certains partages. Il est très important de bien clarifier que cela n'est qu'une représentation et non la réalité et qu'il s'agit principalement d'identifier les éclairages que cela a amené.

En ce qui concerne les fins de séance, les retours sont partagés. Pour les deux personnes qui sont particulièrement attentives au corps en fin de supervision, ce sont des propositions de nature intéroceptives qui sont faites. Les signaux du corps sont mobilisés dans une intention de vérification et de sensation de l'état interne des participant-e-s. J'ai trouvé une des interventions autour de l'injonction du bien-être très intéressante. Faut-il absolument partir « bien » ? Le corps nous indique parfois que même si la démarche a été éclairante, le ressenti qui a amené à présenter la situation n'est pas dénoué ou que le chemin a été fatigant ou déstabilisant. C'est un état avec lequel nous pouvons vivre, la posture du ou de la superviseur-e peut permettre d'en autoriser l'existence dans son contexte.

Question 16

Y a-t-il d'autres éléments qu'il vous semble important d'aborder ou de préciser sur ce thème ?

Superviseur-e n°1	« dans l'analyse de pratique en groupe on avait fait des jeux de rôles, (...)les personnes qui observaient disaient ha bien tiens j'avais pas vu qu'il pouvait se jouer aussi ça, au niveau psychologique»
Superviseur-e n°2	« je trouve qu'il serait intéressant quand même d'intégrer beaucoup plus dans la supervision la notion des droits de l'homme, des enfants » « question de la salutogenèse, on s'occupe de ce qui met en bonne santé »
Superviseur-e n°3	« pour moi le champ des sensations, des perceptions, c'est comme un trésor et je commence un petit peu à m'autoriser à aller avec plus de finesse (...) Avant j'étais plus dans les émotions, les sentiments. Maintenant je suis un cran plus loin, plus bas, dans les sensations pour moi et puis pour l'autre. Et là je trouve que ça ouvre toute une finesse dans la relation. » « Idéalement ce serait de naviguer , mais de pas l'oublier ce sensoriel et on apprend pas beaucoup ça »
Superviseur-e n°4	« la question du corps et de la mise en œuvre du corps et de son lien sensible avec tous les autres enjeux psychiques de développement, de dynamique m'apparaît comme vraiment essentiel »

Interprétation transversale des verbatims

Cette dernière analyse de contenu m'enthousiasme par la diversité et les ouvertures que les réponses induisent. Selon leurs sensibilités personnelles du moment, les superviseur-e-s abordent des questions éthiques, des dimensions psychologiques, une attention sur les sensations et l'idée de passer d'une dominante à l'autre entre sensoriel, mental et émotionnel, puis le dernier mot de la dernière transcription d'entretien : essentiel. Pour moi ce n'est pas juste une bonne idée ou un bonus de considérer le corps en supervision et finalement dans toutes les formes de relations. C'est pour moi considérer le professionnel dans toutes ses forces, affectives, corporelles et intellectuelles, et l'accompagner à les mobiliser afin qu'elles s'étaient les unes les autres.

Conclusion concernant les entretiens semi-directifs

En clôture de cette démarche d'entretien semi-directifs, j'ai un double sentiment : le calme et l'agitation. Ce travail m'a permis un grand nombre de clarifications et m'a amenée à me positionner à de nombreuses reprises, voici pour le calme. En même temps, j'ai tendance à me positionner pour mieux sauter. La richesse de l'expertise des superviseur-e-s me donne évidemment des envies de lectures, d'expériences et de découvertes multiples, voici pour l'agitation. Je pense que Théophraste le dit bien de la nature des choses ou de certaines personnes : « *Les choses faites pour être remuées gardent leur cohésion du fait de leur mouvement même.* » (Traité des Vertiges)

4. Conclusion et perspectives

Ce travail s'est construit suivant les dimensions fondamentales de l'accompagnement en supervision tel que je le conçois : le cognitif-les concepts, la pratique-la mise en corps, l'affectif-relationnel.

J'ai ouvert la démarche par l'axe cognitif en résonance et en respect d'une supposée attente du monde académique. J'ai pris le temps de m'interroger sur les différents concepts et points de vue qui s'entrecroisent dans notre société occidentale et de positionner les fondations théoriques sur lesquelles je souhaite inscrire ma pratique de la supervision. Ce travail de lecture et de recherche a été source de découvertes et d'approfondissements. Mes intentions et la couleur que je souhaite donner à mes accompagnements sont ainsi plus précis tout en restant ouverts à l'inattendu des rencontres. Ces références théoriques sont telles un espace de sécurité depuis lequel je peux me permettre d'être dans une démarche adaptative sécurisée.

En deuxième partie, je me suis intéressée au cadre pratique, au corps en action dans le cadre de la supervision. Cette étape m'a permis de donner vie à ma représentation de la supervision et la rendre, je l'espère, plus concrète. J'avais comme objectif de relever les bénéfices et risques de la médiation corporelle en supervision et c'était un réel plaisir de le faire. J'avais conscience des implications multiples sous-jacentes à ces pratiques et les mettre en mots a été très important pour moi. Un certain nombre de dispositifs ont ainsi été analysés et cela me donne une base pratique précieuse pour la suite de mes accompagnements.

En dernière partie, les rencontres avec les superviseurs ont constitué la part relationnelle de ma recherche. Ils m'ont permis de sortir de mon espace de confort et envisager d'autres modèles et visions de la prise en compte du corps en supervision. Leurs apports me permettent d'approfondir mes premiers propos, mais également de rester dans une dynamique constructive. Ils sont des propositions au voyage par l'expérience et la découverte de nouveaux horizons.

Ce travail est une étape qui me permet de cheminer sereinement, avec suffisamment d'équilibre pour tenir et de déséquilibre pour avancer. Après cette période studieuse il est pour moi le temps de danser...

*« On voit à la démarche de chacun s'il a trouvé sa route.
L'homme qui s'approche du but ne marche plus, il danse. »*
Nietzsche

5. Références bibliographiques

- Brachet, I. (2004). Somatisation : un terme d'occident pour une compréhension millénaire en Inde. *Revue française de yoga*, n°29, De la relation corps-esprit, 227-245, <https://lemondedyoga.org/la-vie-du-yoga/somatiation-un-terme-doccident-pour-une-comprehension-millenaire-en-inde/>
- Chiappini, O. & Noujaïm J. (2021). *Accompagner par la présence de plein contact, manuel de coaching intégratif et relationnel*. Interéditions
- Cnrtl - centre national des ressources textuelles et lexicales. *Étymologie du mot « comprendre »* (2022). <https://www.cnrtl.fr/etymologie/comprendre>
- Damasio, A. (2003). *Spinoza avait Raison, joie et tristesse, le cerveau des émotions*. Odile Jacob.
- Dutriaux & Gyselinck, (2016). Cognition incarnée : un point de vue sur les représentations Spatiales, *L'Année psychologique*, 419-465, <https://www.cairn.info/revue-l-annee-psychologique1-2016-3-page-419.htm>
- Giromini, F. (2003). *Psychomotricité ; les concepts fondamentaux*. Cours introductif, faculté de l'université Pierre & Marie Curie.
- Houzel, D. (2012). *Le corps et l'esprit : quelles relations ?* Presses Universitaires de France | Journal de la psychanalyse de l'enfant
- Lamy, F. & Moral, M. (2021). *Les outils de la supervision dans les métiers de l'accompagnement*. Interéditions
- Mahaut, N. (2022). *Pour être créatif, bougez !* Revue Science et Avenir.
- Rinaldi, R. (2017). *La cognition incarnée ou quand la pensée vient du corps*, Revue Cercle Psy, https://www.scienceshumaines.com/la-cognition-incarnee-ou-quand-la-pensee-vient-du-corps_fr_38363.html
- Rodriguez, M. (2012). *De la place du corps dans les thérapies psychomotrices*. *Le Journal des psychologues*, n° 298, 22 - 25
- Rosenberg, P. (2011). *La philosophie, retenir l'essentiel*. p.122. Nathan
- Santarpia, A. (2020). *Introduction aux psychothérapies humanistes*. (2^e éd.) Dunod
- Vacher, Y. (2022). *Construire une pratique réflexive, Comprendre et agir* (2^e éd. actualisée) De Boeck
- Van der Kolk, B. (2018). *Le corps n'oublie rien. Le cerveau, l'esprit, le corps dans la guérison du traumatisme*. Albin Michel
- Versace, R., Brouillet, D. & Vallet, G. (2018). *Cognition incarnée, une cognition située et projetée*. Mardaga

6. Ressources bibliographiques complémentaires

Damasio, A. (2000). *L'Erreur de Descartes, la raison des émotions*. Poches Odile Jacobs

Halprin, D. (2021). *La force expressive du corps, guérir par l'art et le mouvement* (2^e éd.)
Le souffle d'or

Lesage, B. (2012). *Jalons pour une pratique psychocorporelle, structure, étayage, mouvement et relation*. érès

Lévita, C. (2018). *Coach et accompagner en pleine conscience*. Eyrolles

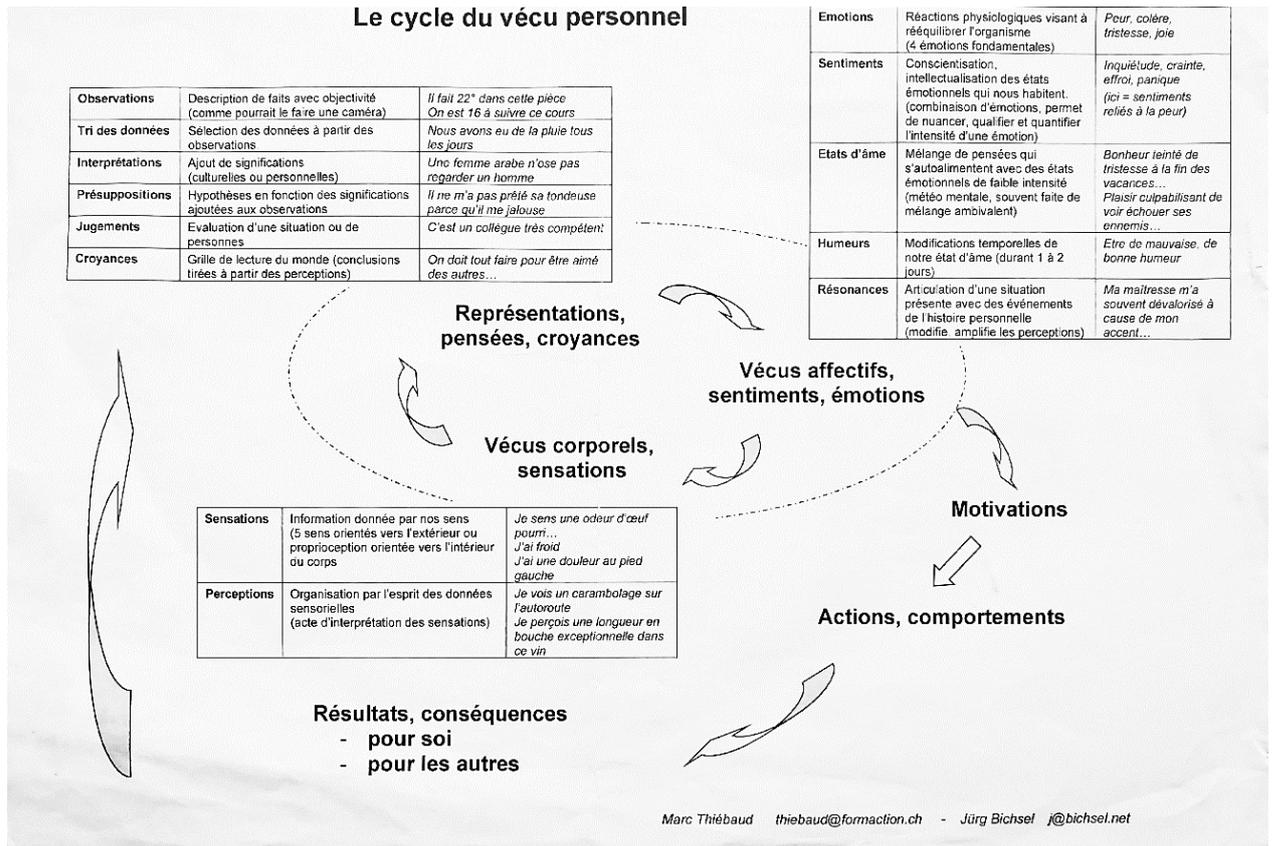
Muller, J.-L., Bichsel, J. et Thiébaud, M. (2016). Le jeu de rôle au service de l'analyse de pratiques. *Revue de l'analyse de pratiques professionnelles*, 8, 17-30
<http://www.analysedepratique.org/?p=2147>

Pignolet de Fresnes, I. (2017). *De l'imposture à la posture : faire avec... ou plutôt sans*.
La posture du superviseur. érès

7. Annexes

7.1. Annexe 1 - Cycle du vécu personnel

J. Bichsel et M. Thiébaud, support de cours, 2021

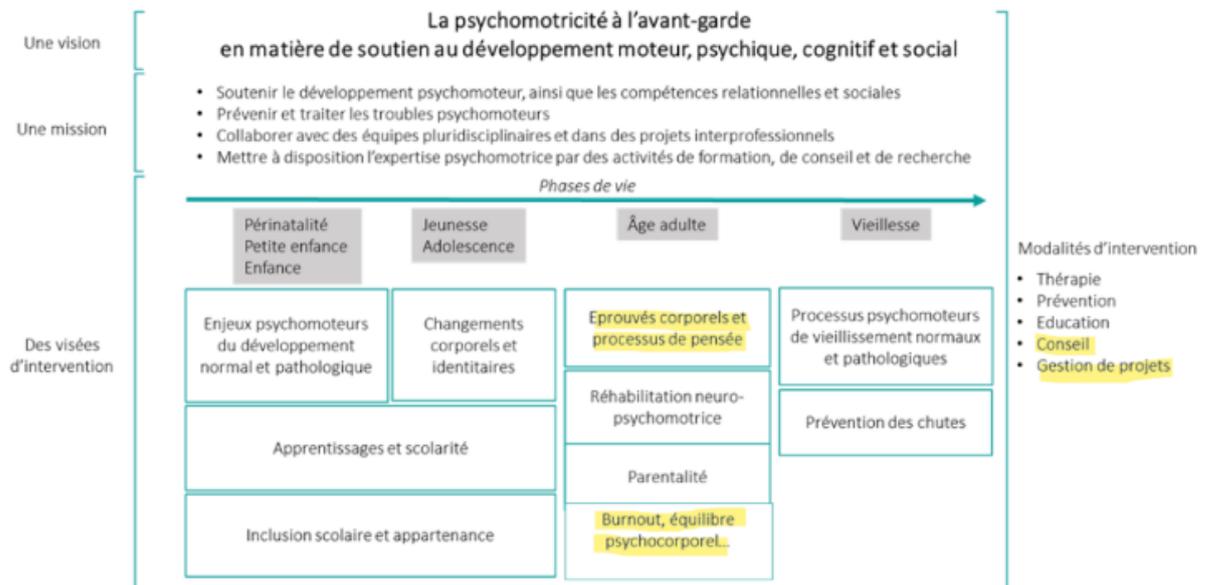


7.2. Annexe 2 - Visées d'intervention en psychomotricité

Site hets, Gaillard C., 2022

https://www.hesge.ch/hets/sites/default/files/contribution/formation_de_base/Documents/therapie_psychomot/schema_visees_dintervention_en_psychomotricite.pdf

Visées d'intervention en psychomotricité



En jaune, les visées utiles au processus de supervision.

7.3. Annexe 3 -Tableaux de synthèse des entretiens semi-directifs.

Question 1

Est-ce que dans votre quotidien de superviseur-e, la question du corps et du mouvement se pose régulièrement ? Si oui en quel terme ?

Superviseur-e n°1	<p>« Va dépendre du secteur dans lequel il travaille »</p> <p>« La plupart du temps au niveau corporel, au niveau des sensations corporelles, émotionnelles, c'est souvent moi qui viens dessus. C'est moi qui vais mettre les mots, (...) au niveau du comportement, de la posture »</p> <p>« C'est souvent moi qui mets les mots sur comment la personne peut être et puis comment le supervisé peut se sentir aussi. »</p> <p>« C'est des questions que je pose. »</p>
Superviseur-e n°2	<p>« Je me la pose dès la première rencontre, dès que la personne apparaît, parce qu'il y a souvent un message déjà quand on rencontre la personne (...) cette perception qu'on a de manière automatique et instantannée, pour moi c'est important (...) je dois être conscient de ce que ça provoque chez moi, car évidemment c'est une représentation »</p> <p>« je me réfère à la neuroception, la perception de l'état d'une personne qui est en face de nous et qui provoque déjà chez nous un certain nombre de réactions et de préjugés (..) attentif à mes réactions et attentif à la qualité de l'accueil »</p> <p>« différence entre la communication digitale et analogique »</p> <p>« attentif à la posture et au positionnement de la personne (..) attentif à mon positionnement (...) notre attention peut aussi partir et cela peut se manifester par son corps »</p> <p>« je ne vais pas mobiliser de manière corporelle, sauf exception »</p>
Superviseur-e n°3	<p>« il se pose à chaque rencontre, même les rencontres numérisées »</p> <p>« d'une manière globale le corps est convoqué à chaque rencontre, je mets un focus par rapport à ça »</p>
Superviseur-e n°4	<p>« je vais vraiment solliciter le corps de manière assez rapide et directe parce que mon approche vise toujours d'amener les personnes à être conscientes, le plus possible conscientes de ce qui se passe au niveau des sensations dans leur corps au niveau des émotions et sentiments qui sont présents et puis aussi au niveau de la pensée et des idées. J'ai toujours ces trois axes qui cohabitent dans ma manière d'accompagner les gens. (...)</p>

Question 2

De manière générale, professionnelle et personnelle, comment considérez-vous la dyade corps-psychisme ? Où y situez-vous les émotions ?

Superviseur-e n°1	<p>« Ça va ensemble »</p> <p>Et où vous y situez les émotions ?</p> <p>« Ça va ensemble, je vous ai mis ce tableau-là, (diamant d'Erskine) mais pour moi tout va ensemble »</p> <p>« Il y a le soi, la personne en entier et en fait il y a tout qui est relié (...) le corps il peut aller au niveau des émotions, ça peut aller au niveau du comportement, enfin, voilà, après les fantasmes, les pensées et dans les relations aussi ça ... on va le voir aussi. »</p> <p>« On peut les séparer pour les décortiquer, pour aller les regarder avec un focus beaucoup plus central si vous voulez, mais tout va ensemble. On ne peut pas dire les émotions c'est quelque chose et le corps s'en est une autre ».</p>
Superviseur-e n°2	<p>« j'ai longtemps considéré comme ayant une nette séparation entre les deux et je me rends de plus en plus compte que souvent le corps parle et que le psychisme suit »</p> <p>« dans le domaine des traumatismes, c'est le corps qui absorbe beaucoup les traumatismes, car le psychisme ne peut rien faire, il est désactivé à ce moment là »</p> <p>« le corps réceptif peut-être plus le souvenir, l'expérience que le psychisme » « on surjoue le psychisme de notre temps, on joue beaucoup avec les interprétations »</p>

	« je fais très attention à mes préconstruits et à essayer de comprendre ce que le corps de l'autre me communique »
Superviseur-e n°3	« c'est un tout, presque une entité, c'est là-dedans ou autour que la conscience navigue, c'est vraiment interrelié constamment » « quand il y a des émotions bloquées c'est très visible et impactant pour le corps. Lorsque ce sont des émotions fluides, qui sont dans la dilatation, le corps fait résonance. Quoi qu'il arrive le corps est toujours présent par rapport à ce qui se joue à l'intérieur » « encore plus loin, en émotion bloquante, lors des dissociations, le corps est là par son absence. Ça dit quelque chose, demande de l'aide, ça raconte quelque chose»
Superviseur-e n°4	« j'ai une vision qui est très proche de la systémique CAM ou de la pédagogie Steiner (..) pour moi il est très clair qu'il y a ces trois pôles (...) tout ce qui est cognitif-cérébral-tête et tout ce qui est moteur-physique et corps et l'aspect des émotions est clairement pour moi l'aspect médian qui est aussi celui qui va avec le rythme, la respiration et qui est cet aspect régulateur entre les deux. D'où le fait aussi que je travaille beaucoup avec la respiration et que je travaille beaucoup avec les médias artistiques (...) Symboliser, c'est aussi une manière de se mettre finalement physiquement en mouvement, même si c'est pas debout que de symboliser les difficultés à travers un dessin. »

Question 3

Y-a-t-il un ou des référentiels théoriques qui vous amènent à porter de l'importance à la communication et l'expression non-verbale en supervision ?

Superviseur-e n°1	NDA : Je nomme la psychologie intégrative de Richard Erskin déjà évoquée en début d'entretien sur la base du diamant d'Erskin présenté et que je mettrai dans les annexes. « Alors les supports théoriques autres au niveau corporel et relationnel, je me base sur les supports de Bill Cornell qui lui (...) fait référence au travail relationnel – et là je parle au niveau thérapeutique, après le supervisé c'est la même chose, mais- où il y a le côté relationnel et un questionnement et une mise en lumière au niveau corporel » « Entre la relation qu'on est en train de mettre en place toutes les deux et ce qui se passe dans notre corps à l'une et à l'autre. Le fait que je vous regarde, si je commence à regarder là. Quel impact ça va avoir au niveau de la relation. Là c'est Bill Cornell »
Superviseur-e n°2	« l'approche systémique est une approche, (...) des théories de la vie du corps de la société qui permet de ne pas rester enfermé dans sa propre construction du monde. »
Superviseur-e n°3	« ce focus depuis toujours par le premier métier (...) aussi dans les supervisions autour de la place dans la relation, les aspects de transfert-contre transfert » « toujours là dans mes formations, mais principalement dans les thérapies brèves orientées solutions, hypnose thérapeutique, PNL, approches plus subtiles en psycho-énergétique. » « relation d'aide, approche humaniste par son approche globale et holistique » « approche thérapie brève par Chazer et Erikson autour du non-verbal paraverbal » « presque une question qui m'étonne car il est toujours là le corps » « approches corporelles du massage »
Superviseur-e n°4	« mon référentiel de base est l'analyse psycho-organique qui est la méthode de psychothérapie que je pratique et qui a un corpus conceptuel propre à lui » « on se situe, on se positionne, qui va m'amener ensuite à créer des mobilisations expérientielles finalement issues de ces paradigmes là. » « J'ai fait une formation en collaboration radicale, plus là en terme de type management, qui est aussi (...) une source de pistes et d'idées pratiques. »

Question 4

Y a-t-il des formations qui vous ont apporté des références et outils qui permettent d'avoir une attention sur le corps et le mouvement durant les supervisions ? Si oui, lesquelles ?

Superviseur-e n°1	« Non »
Superviseur-e n°2	« les jeux de rôles m'ont beaucoup apporté sur l'observation de moi-même par d'autres » « analogie entre les familles et les groupes (...) famille sang froid -sang chaud (...) position du phare (...) observation d'une personne qui se recroqueville »
Superviseur-e n°3	« rien de plus que ce que je connaissais déjà, peut-être à travers mon travail de fin de formation qui traitait de la qualité de rencontre avec des références orientées solution »
Superviseur-e n°4	« J'ai fait ma formation de superviseur en APO »

Question 5

Comment installez-vous les personnes en individuel et en groupe pour les supervisions ? Pourquoi ce choix ?

Superviseur-e n°1	« Les supervisions en groupe j'en ai pas encore faites (...) en individuel j'ai cette place là et puis, (...) je lui propose de s'installer où elle veut et puis ça m'est arrivé de travailler, de dire est-ce que si je m'approche ou est-ce que si tu changes de place est-ce que c'est plus agréable, c'est plus confortable, est-ce que c'est plus confrontant, ben voilà après on peut jouer avec ça »
Superviseur-e n°2	
Superviseur-e n°3	« ces derniers mois à distance, par quelques minutes de rien, se poser « calibrer l'autre : les micro-mouvements, les yeux, position des épaules et question pour permettre de déposer ou que l'autre se sente accueilli complètement » « se mettre en synchronisation, ce sont des techniques puissantes (...) à faire subtilement » « dans mon atelier deux places possibles et je laisse la liberté et je m'adapte. Un espace vide et un espace avec une table » « parfois dans des classes, mais je laisse toujours la possibilité du choix » « je le laisserai toujours s'asseoir avant moi, comme un espèce de rituel, j'ai aussi toujours à boire à disposition » « permettre à l'autre d'être confortable et ne pas m'oublier dans l'histoire » « utile et important que l'autre puisse choisir, surtout s'il vient chez moi, c'est mon environnement (...) c'est important qu'il puisse avoir ses marques. »
Superviseur-e n°4	« en individuel on commence en face à face et ensuite on continue en mouvement. J'ai un grand tapis carré qui est l'espace d'exploration (...) par exemple faire physiquement l'expérience d'évaluer et sentir ma présence (...) permet de physiquement se rendre compte qu'elle n'avait aucune notion de la perception de ses limites physiques déjà et à partir de là travailler sur les notions de distance »

Question 6

Même question pour les groupes et les équipes, quel positionnement dans l'espace proposez-vous ?

Superviseur-e n°1	« Après autres qu'en supervision. Dans les groupes. Mes clients se sont amusés on dit oui mais bon, en gros pour rigoler un peu, tu fais la cheffe parce que tu as le fauteuil du chef. Et je dis bien viens tu prends ma place et puis on change. Et tout le monde a essayé mon fauteuil. Voilà c'était un peu... » Il y avait la symbolique ? « Voilà symbolique de, le leader mais en supervision je n'ai pas eu l'occasion. Mais ça pourrait être intéressant justement de jouer avec ça »
Superviseur-e n°2	« toujours l'idée c'est que si je suis superviseur je dois voir tout le monde, je dois voir le visage de tout le monde » « longtemps j'étais pas table et j'ai remarqué que en supervision d'équipe, parfois, cela dépend un peu, (...) c'est bien d'avoir une table où ils peuvent écrire, mettre leurs idées sur le papier » « si tu n'es pas confortable avec ton truc, ça empêche les personnes qui ont envie d'écrire » « toujours un dilemme (...) j'essaye d'être là à l'avance (...) de

	savoir avant comment c'est et si aberrant, (...) ne pas savoir les gens trop loin, certaines distances empêchent un certain nombre de choses. Créé des bulles, on reste dans son monde (..) quand on est en situation de devoir percevoir, et à partir de 2mètres ça commence à devenir difficile, il y a une partie de la communication qui n'est plus la même »
Superviseur-e n°3	« au niveau des groupes, j'ai remarqué très vite la tendance à toujours s'asseoir au même endroit. Pour moi et pour les autres. (...) J'ai verbalisé, tiens aujourd'hui j'ai envie de m'asseoir ailleurs, ça a fait circuler la place des autres» « j'y suis très attentive, parce que je sais que l'endroit où on est placé peut énormément influencer comment on va penser »
Superviseur-e n°4	« pour les groupes toujours en cercle assis et à partir de là , en fonction de ce qui émerge (...) je ne suis pas quelqu'un qui fonctionne selon un programme préétabli (...) j'accueille, je laisse émerger et je compose à partir de ce qui émerge pour être au plus près des besoins des équipes »

Question 7

Y a-t-il un autre élément dans la posture ou le positionnement dans l'espace qui vous semble primordial ?

Superviseur-e n°1	Déjà que ce soit confortable, que ce soit accueillant, que ce soit cocooning, enfin, il me semble que j'ai fait pour. Voilà, j'ai testé le tapis... Que ce soit sensoriel, enfin cela ne s'entend pas à l'audio, mais c'est un tapis très doux Et souvent les gens font comme vous, ils caressent le tapis, des gens mettent les pieds sous le tapis quand ils se mettent là. Les personnes viennent en chaussettes ? A pieds nus ? « Oui, je demande toujours de se déchausser parce que j'ai aussi des enfants qui peuvent se mettre, pas en supervision, où on va jouer avec des cartes par terre, aussi avec du photolangage aussi avec les supervisés et souvent je le fais par terre et j'aimerais que ça reste propre. »
Superviseur-e n°2	« voir » « la distance » « je me réfère à cette question du lien entre le corps, le visage et notamment de S. Porges la perception de l'état émotionnel passe par un circuit par le nerf vague qui est connecté à un circuit qui permet la « neuroception » (...) le haut du visage exprime beaucoup » « si ce haut du visage tu l'as à 5 mètres de toi ça peut être compliqué. »
Superviseur-e n°3	« je permets le confort, mais si la personne veut être pliée en quatre, ça lui appartient. C'est bien sûr quelque chose qui va peut-être reparlé plus tard, sans forcément chercher ou demander une réponse.(...) dire à l'autre je t'ai vu »
Superviseur-e n°4	

Question 8

Est-ce que cela est important pour vous de prendre en compte la communication non-verbale du ou de la supervisé-e ? Avez-vous une méthodologie particulière à ce sujet ?

Superviseur-e n°1	« Au niveau du langage non verbal, je ne note pas en fait s'il y a eu une fermeture au niveau de la posture du style, des petites mimiques ou ce genre de chose je ne l'écris pas, par contre je peux le mettre à jour dans le sens, je te vois fermé, qu'est ce qui se passe ou je te vois froncer les sourcils... » Et par rapport à vous-même. Est-ce qu'il vous arrive de nommer ce que la narration fait dans votre propre corps ? « Oui, comme je vous disais tout à l'heure, par exemple (...) quand tu me racontes ça j'imagine que (...) doit avoir peur. Dans ma manière de faire c'est : est-ce que ça te parle ? est-ce que ça a du sens pour toi. » « J'ouvre des portes et après c'est ça ou c'est pas ça c'est pas grave. Mais oui, j'utilise. »
-------------------	---

Superviseur-e n°2	« important évidemment « au niveau de la méthodologie, pouvoir moi percevoir la personne comme suffisamment à l'aise pour pouvoir travailler et cela passe par un petit sas d'entrée : comment ça va etc(...) »
Superviseur-e n°3	« très important, la méthodologie est le calibrage et après la synchronisation qui peut aller jusqu'à la respiration, issu de l'hypnose thérapeutique et PNL. L'accordage, devient une deuxième nature, tu ne réfléchis même pas, tu t'accordes. » « Avant la rencontre je fais une préparation psychocorporelle. Une ou deux minutes d'ancrage, pieds aux sol, respiration et micro scanner corporel » « si c'est neutre ok, s'il m'arrive quelque chose en terme de la perception sensation, tiens ? est-ce que c'est quelque chose qui fait partie de la rencontre. Ce ne sera pas forcément verbalisé, mais pour moi ce sera un point d'attention, ce sera même un levier à un moment donné ou pas » « je vérifie où j'en suis au niveau corporel et de mes pensées en ensuite j'accueille la personne » « j'ouvre le chakra du cœur, quelque chose se met à disposition » « je me prépare pour moi, je me prépare pour l'autre »
Superviseur-e n°4	

Question 9

Vous arrive-t-il de nommer les observations du langage corporel que vous observez chez vous et/ou chez la personne accompagnée ?

Superviseur-e n°1	
Superviseur-e n°2	« oui, ça m'arrive de dire, j'ai l'impression que vous êtes un peu tendu, asseyez-vous tranquille, relaxez-vous (...) » « je ne fais pas d'exercice, à part la respiration au grand stress quand c'est nécessaire » Chez vous ? « seulement s'il s'est passé quelque chose avant, je vais le dire (...) il faut que je me pose (...) » En lien avec la narration « si je vois son corps et son visage qui se rétrécit et là je vais dire (...) tranquilliser, utiliser un langage de sécurité » Comment c'est utilisé quand perçu chez soi « il faut que je sois conscient de ce qui est en train de se passer chez moi, là je me dis tu entres dans quelque chose qui va diminuer la distance émotionnelle et il a besoin que tu restes à ta place » « je vais ralentir quand je suis pris émotionnellement (...) » « tu sens que ça monte, respire, (...) pose ton corps, pose ça, essaye de détendre les organes internes et les organes respiratoires et là tu vas pouvoir faire du bon boulot. » « je sens cette connexion qui se fait avec le cerveau (...) moi-même je dois sortir de là »
Superviseur-e n°3	« oui » « c'est aussi être congruent » « si j'ai un début de mal de tête ou des douleurs, je le dis. » « chez l'autre, je vais volontiers verbaliser ce que j'observe. Là je vous ai vu froncer les sourcils, est ce qu'il y a quelque chose qui n'a pas été, quelque chose vous a perturbé, questionné ? » « parfois je ne le fais pas tout de suite, en essayant de faire des questions ouvertes, ce qui n'est pas tout simple » « c'est ce qu'on appelle la phénoménologie, j'observe un phénomène qui me fait ressentir quelque chose, est-ce que c'est utile ou non de le prendre ou non durant le temps de supervision...je ne pourrais pas dire oui tout le temps (...) c'est l'intuition, je ne sais pas si on pourrait modéliser l'intuition. Ce serait très intéressant » « je suis assez à décoder, proposer et en faire quelque chose »
Superviseur-e n°4	« J'enseigne la communication non-verbale et c'est une thématique qui m'importe beaucoup. De toute façon je suis animée forcément par cette question-là et l'intention que je vais mettre sur la posture, le positionnement, les mimo-gestuelles, l'expression sociale, les petits gestes qui vont accompagner, je vais toujours avoir mon attention qui se balade à ces endroits là ça c'est très clair. Je vais en tenir compte systématiquement, mais je vais pas forcément le nommer. Parfois je vais le nommer, je vois que (...) ou simplement je vais tendre une perche. Je vais dire, plus que nommer la chose, en général je vais tendre une perche qui vise à répondre à ce que je pense avoir compris à travers cette communication. »

Question 10

Comment accompagnez-vous les professionnels par rapport à leur ressentis corporels durant la supervision ? Est-ce que vous y faites un lien avec les aspects émotionnels et si oui selon quel dispositif par exemple ?

Superviseur-e n°1	<p>« Je pense ça ne se fait pas forcément comme ça de but en blanc mais ça ce fait pendant la supervision. C'est des choses que je demande, je me rends compte que je travaille pas mal avec ça »</p> <p>Vous auriez un exemple en quel terme ?</p> <p>Avec une (...), elle me disait mais je ne comprends pas avec (...) il m'agace, je n'arrive pas à travailler avec lui. (...) Et on a un peu travaillé sur ce que ça la faisait vivre, comment c'était dans son corps. Elle a pu me dire c'est électrique. Alors je lui dis c'est électrique comment ? donc je peux demander à fermer les yeux et dire voilà on imagine ensemble et tu me racontes la scène en fait il y a toi d'un côté, (...) qu'est ce qui se passe et elle va me décrire ce qu'il fait, ce que ça provoque chez elle au niveau des pensées ça peut être au niveau de ce qu'elle va faire concrètement à quoi elle pense, qu'est-ce qu'elle s'imagine, qu'est-ce qu'elle ressent au niveau du corps. Est-ce c'est tendu est-ce que la mâchoire est tendue etc. voilà des choses comme ça »</p>
Superviseur-e n°2	<p>« j'essaye de le faire au bon moment, c'est ça qui est difficile »</p> <p>« je pense qu'il ne faut pas précipiter les émotions, il faut d'abord passer par un récit précis. » « l'émotion intervient quand c'est le moment et quand je peux poser des questions qui font sens et sont basées sur un temps de cette histoire » « il y a les pensées aussi (...) si on ne respecte pas ce temps, on a l'émotion bingo, mais de la relier à la situation c'est mieux et de relier les pensées aux émotions c'est aussi bien et là tu les vois dans le corps. »</p> <p>« je regarde beaucoup à la fin, est ce que la personne est encore enragée (...) comme je te vois tu es encore enragé (...) est-ce que tu ne devrais pas le travailler en thérapie ou en méthode corporelle ? »</p>
Superviseur-e n°3	<p>« le focus c'est ouvrir le champ de la présence et créer le lien quoi qu'il arrive, accueil inconditionnel, sans en faire un fromage » « je laisse vivre le mouvement » « permettre à l'autre d'en faire quelque chose ou pas »</p>
Superviseur-e n°4	<p>« Il y a plusieurs contextes de supervision, en supervision de psychothérapeutes, le travail de l'identification du contre-transfert et de ce qui se passe (...) pour moi la clé elle vient aussi de ce qui se passe en terme de sensation » « Je vais travailler avec ces indicateurs là, et amener la personne à être dans cette conscience là » « en contexte plus collectif, (...) dans ce que je vais proposer comme expérience, comme exploration, je les mets en mouvement souvent physiquement. »</p>

Question 11

Vous arrive-t-il d'utiliser des exercices de respiration ou de conscience corporelle en préparation d'un temps plus réflexif ou à un autre moment de la séance de supervision ? Si oui avez-vous des exemples et quels sont les effets observés ?

Superviseur-e n°1	<p>« ça je peux faire quand j'ai quelqu'un qui est plutôt confus, qui me dit je ne sais pas quoi choisir, je peux proposer de faire 5-10 minutes de méditation par exemple. »</p> <p>« ça permet de se recentrer, de se poser un petit peu (...) d'être un peu plus apaisé »</p>
Superviseur-e n°2	<p>« la respiration je l'utilise quand c'est nécessaire (...) personne excitée, qui a vécu quelque chose de terrible. »</p>
Superviseur-e n°3	<p>« au niveau de la respiration bloquée, permettre de prendre de grandes respirations »</p> <p>« avec une équipe j'avais fait tout un rituel d'entrée et de sortie de supervision et j'avais fait la cohérence cardiaque trois fois et après trois fois un petit voyage en autohypnose, (...) cette équipe là avait plutôt préféré justement la cohérence parce que c'est facile, accessible et pas connoté (...) c'est quelque chose que j'ai fait avec deux accompagnements individuels, juste quelques secondes, minutes de cohérence cardiaque, mais plutôt en entrée, avant partage, avant le moment réflexif et je trouve ce moment plein d'utilité »</p>
Superviseur-e n°4	<p>« la respiration c'est systématique, je pense qu'il y a très peu de séances où je n'utilise pas la respiration. En individuel il y en a pas, en groupe peut-être que c'est un peu</p>

	<p>moins systématique. « pour moi c'est une clé d'ancrage de centration,c'est très important. »</p> <p>« Le travail sur le corps en individuel oui, en collectif un petit peu moins, on est plutôt dans des dynamiques collectives et je ne leur fait pas faire des choses les uns sur les autres finalement. (...) par la force des choses il y aura du contact, mais ce n'est pas centré sur ça »</p>
--	---

Question 12

Utilisez-vous des « brise-glace » en mouvement ? si oui avec quels bénéfices ou limites ?

Superviseur-e n°1	<p>« pas en tant que superviseur, mais avec de nouveaux groupes thérapeutiques, pour faire connaissance (...) se regarder 5 minutes dans les yeux et dire ce qu'elles ont imaginé (...) marcher et à un moment donné se trouver quelqu'un et se présenter »</p> <p>Quels avantages et limites ?</p> <p>« la limite est quand on commence je vois toute la gêne et les hontes (...) la limite est de le faire d'entrée de jeu, le côté positif est justement de briser la glace, mais moi je le vois presque des fois comme limitant, je le fais en milieu de journée quand il y a déjà eu la présentation, (...) c'est beaucoup plus intéressant »</p> <p>J'entend une forme de prudence...</p> <p>« oui, protection, oui »</p>
Superviseur-e n°2	<p>« oui ça m'arrive, mais j'improvise un peu » « systématique la respiration quand le groupe a vécu un événement critique qui peut mettre en danger l'équilibre »</p> <p>« certains exercices de yoga quand les séances sont trop longues comme l'arbre, des choses qui centre un peu »</p> <p>« la présentation avec une balle de tennis, à un moment donné elle tombe et ça fait un peu rire, des choses qui mettent à l'aise, qui détendent »</p>
Superviseur-e n°3	<p>« pas en mouvement, si on pouvait dire que le photolangage c'est un brise glace qui mobilise le corps car je demande l'évocation de l'image la sensation, mais c'est pas du mouvement, c'est un mouvement intérieur » « plus de l'ordre des sensations et de la sensorialité »</p>
Superviseur-e n°4	<p>« les bienfaits d'utiliser des brise-glace physiques et corporels, moi je trouve que pour la formation des groupes, pour la cohésion des groupes, c'est quelque chose qui est particulièrement efficace parce qu'il y a l'aspect ludique et de légèreté qui vient amener un lâcher prise et une diminution de ces espèces de gardes qu'on peut se mettre entre collègues par exemple dans les équipes qui fait que tout d'un coup, il y a une authenticité de positionnement et d'implication de l'être qui est complètement là et qui fait gagner beaucoup de temps dans le processus. »</p>

Question 13

Durant la narration, vous arrive-t-il d'engager corporellement le ou la supervisé-e ? Si oui avez-vous des exemples et quels sont les bénéfices ou limites observées ?

Superviseur-e n°1	<p>« au niveau spatial j'ai des petits bonhommes (...) » Le fait de se lever, de manipuler des objets est-ce que vous pensez que cela a une incidence sur la narration ? « ça change parce que, à mon sens, des fois la narration elle peut avoir des limites, parfois de faire (...) de discuter c'est bien, mais elle a quand même ses limites, d'avoir des bonhommes peut être aussi sympa »</p>
Superviseur-e n°2	<p>« ça m'arrive de leur faire faire des petits groupes » « utilisation des sculptures, les jeux de rôle (...) j'utilise assez souvent »</p>
Superviseur-e n°3	<p>« proposer de changer de place » « proposition des jeux de rôle » Quels sont les bénéfices et risques-limites du jeu de rôles ? « bénéfice il y en a ...c'est très puissant, même pour des personnes mentales. Bien sûre ça peut faire surgir des empêchements, des résistances, parce qu'en fait c'est des craintes ». « Cela amène tellement d'informations dans le corps, mais il faut guider » « en général toujours de nouvelles sensations et pleins d'informations qui viennent. Des personnes sont très à l'aise et pourront très vite décoder, ça permet la distanciation, la prise de conscience (...) » « permet de dénouer beaucoup de choses » « C'est plus facile en individuel ou il faut que ce soit des personnes qui se connaissent un peu. » « les risques sont qu'il y ait un refus ou une difficulté de dire ce qui se passe (...) je me permets de dire que tout est à accueillir et que tout est jeu »</p>
Superviseur-e n°4	<p>« de sentir ce qu'elle vit, de laisser venir des images ou de regarder s'il y a des sensations en elle, ce retour là oui. » « dans du collectif, (...) là je vais volontiers fonctionner avec du jeu de rôle et là on est forcément dans de la corporéité puisque les gens vont, plutôt que de raconter simplement théoriquement - verbalement la chose, ils vont nous la mettre en scène, je vais travailler avec des jeux de rôle et la personne va être amenée à montrer, à faire voir ce qui c'est passé » « j'ai travaillé aussi avec ça pour (...) j'ai passablement supervisé des situations de maltraitance (...) je fais bouger les gens (...) ce qui leur permet de se faire une impression intérieure en fait de la situation. Donc il y a ce qui est raconté, ensuite on le vit dans une position, puis dans l'autre et ça modifie aussi un petit peu le point de vue » Et dans ces situations là, le narrateur vous le mettez toujours dans une même position, plutôt externe ou interne dans le jeu ou est-ce que c'est selon les situations ? « ça dépend de la situation » Par rapport au jeu de rôle quels sont les bénéfices et les risques que vous identifiez en plus que de manière générale ? « il y a des fois des prises de conscience un peu fortes, ce qui pourrait être envisagé comme un risque ou du moins quelque chose dont il s'agit de prendre compte. »</p>

Question 14

Durant l'analyse d'une situation ou un travail de compréhension, vous arrive-t-il d'engager corporellement la personne ou le groupe supervisé ? Quels en sont les bénéfices et limites ?

Superviseur-e n°1	<p>« Plutôt qu'est ce que tu comprends de la situation, comment tu te projettes, qu'est ce que tu imagines...Permettre au supervisé de se mettre à la place de l'autre (...) de permettre d'avoir une vision différente que juste la sienne » Ce déplacement symbolique, vous le faites aussi physiquement ? « non »</p>
Superviseur-e n°2	<p>« (...)simuler une situation une partie d'entretien (...) tu observes, les autres observent et par rapport à la question qui était posée donnent leur compréhension leur interprétation et leur suggestion, c'est quelque chose qu'on peut faire pour faire bouger un groupe» « le bénéfice est pour la personne qui amène la situation de voir les autres collègues se mettre à sa place, ça c'est intéressant et permet de travailler à un niveau presque éthique, un peu philosophique, de l'altruisme, on voit que d'autres s'engagent pour toi, on se met à ta place, on fait un effort pour toi. C'est encore plus que se mettre à ta place c'est faire un effort pour jouer quelque chose, être d'accord de jouer une position</p>

	<p>et je trouve ça intéressant, ça crée de la solidarité et ça renforce les valeurs de l'équipe justement les valeurs essentielles : la solidarité, l'entraide, la coopération »</p> <p>« les limites c'est qu'on est dans des représentations et ce qui est difficile des fois c'est d'avoir la personne qui dit « c'est exactement ça » mais non c'est jamais exactement ça, ça ne peut pas être réel, mais dis nous ce qui t'a touché et qu'est ce qui peut t'aider dans ce jeu pour que tu puisses continuer à travailler avec cette famille, quel éclairage ça t'a apporté (...) en supervision il faut toujours rester attentif aux éclairages que ça a apporté et moins dans l'action »</p>
Superviseur-e n°3	NDA : Répondu plus haut
Superviseur-e n°4	<p>« j'ai une équipe qui n'était pas très satisfaite de l'encadrement dont ils bénéficiaient par leur direction, et puis je les ai amené physiquement sur un axe de 1-10 d'une échelle de contrôle (..) Plutôt que de simplement en parler comme ça verbalement, je les ai amenés à aller se positionner se mettre en mouvement finalement.(...) ça les oblige à beaucoup plus clarifier, réfléchir, (...) en parler simplement comme ça ils ne réalisent pas forcément, c'est un sentiment plutôt, (..) S'il n'y a pas d'engagement corporel, c'est quelque chose de beaucoup plus théorisé, conceptuel. »</p> <p>Vous avez nommé des bénéfiques, y a-t-il aussi des points de vigilance ?</p> <p>« Le principal c'est que ça induit de bien tenir le cadre, c'est-à-dire que plus on va mettre du mouvement, de la mobilisation, plus vous avez potentiellement un risque, en tout cas dans les équipes, de dispersion. Qu'on commence à un petit peu rigoler (...) que les gens restent concentrés (...) un risque social, de légèreté sociale qui vient de manière un peu défensive prendre le pas sur le fond du travail.</p> <p>« Au niveau individuel il y a juste à rassurer les gens parfois, dans le collectif aussi d'ailleurs, dans un premier mouvement la mise en corps peut gêner, créer chez certaines personnes un peu de gêne, il faut soutenir, observer ça pour pas que la suite du travail soit biaisé dû au stress de se montrer(...) »</p>

Question 15

En conclusion de séance, proposez-vous une écoute particulière des ressentis corporels ou des dispositifs en mouvement ? Dans quel but et avec quel résultat ?

Superviseur-e n°1	<p>« oui, plutôt de la visualisation, méditation »</p> <p>« j'aime bien clôturer avec ce qui a été important pour toi, ce que tu gardes pour toi aujourd'hui »</p>
Superviseur-e n°2	« peu non... »
Superviseur-e n°3	<p>« pour clôturer une séance, (...) je te propose de repenser à cette situation qu'est ce qui se passe maintenant dans ton corps, comment c'était au début quand on était dans la narration ou voir si quelque chose a changé » « en petit groupe (...) est ce que vous voyez qu'il y a quelque chose qui change (...) autoévaluation, mais aussi corporelle. » « après la séance je vais prendre quelques notes et je note aussi ça, le nœud dans la gorge. (...) je le relis avant la prochaine séance » « je ne vise pas la détente à tout prix, pourrait aussi une envie (...) il faut que tout le monde parte ok, c'est quoi cette obligation ? » « c'est une injonction » « je repars avec une boule dans le ventre, ok vous partez avec une boule dans le ventre, sans que cela devienne une émotion, (...) des fois ce n'est pas nommable, comment une sensation devient une émotion, il y a déjà une interprétation » « c'est moins intellectualisé et moins filtré par des obligations d'être ou des dictats »</p>
Superviseur-e n°4	<p>« en individuel très souvent, en collectif un petit peu moins, parce que généralement en collectif je propose un petit tour de parole où chacun peu dire en un mot comment il est là, j'aime bien que les gens ..., m'assurer que tout le monde est bien stabilisé à l'aise, repart chez lui tout à fait...bien en état. »</p>

Question 16

Y a-t-il d'autres éléments qu'il vous semble important d'aborder ou de préciser sur ce thème ?

Superviseur-e n°1	« dans l'analyse de pratique en groupe on avait fait des jeux de rôles, (...) chacun devait s'exprimer à tour de rôle pour l'enfant par exemple (...) permet de voir au niveau corporel, du style, ça ça me fâche (...) les personnes qui observaient disaient ha bien tiens j'avais pas vu qu'il pouvait se jouer aussi ça, au niveau psychologique»
Superviseur-e n°2	« je trouve qu'il serait intéressant quand même d'intégrer beaucoup plus dans la supervision la notion des droits de l'homme, des enfants. On vit dans des pays riches (...) mais on oublie que ces droits existent aussi chez nous. » « c'est une lutte constante, tout le monde a la capacité de devenir un bourreau, tu peux devenir un bourreau intellectuel » « question de la salutogenèse, on s'occupe de ce qui met en bonne santé »
Superviseur-e n°3	« pour moi le champ des sensations, des perceptions, c'est comme un trésor et je commence un petit peu à m'autoriser à aller avec plus de finesse, avoir des différences, prendre dans la main, trier. Avant j'étais plus dans les émotions, les sentiments. Maintenant je suis un cran plus loin, plus bas, dans les sensations pour moi et puis pour l'autre. Et là je trouve que ça ouvre toute une finesse dans la relation. » « C'est très complémentaire avec d'autres niveaux de compréhension. Après c'est où est-ce que je mets le focus, des fois je peux me sentir être plus dans le mental, être plus dans de l'émotionnel, parfois plus dans le sensoriel et en général ça me raconte toujours quelque chose de moi. » « Idéalement ce serait de naviguer , mais de pas l'oublier ce sensoriel et on apprend pas beaucoup ça » « Effectivement c'est plus dans le champ de la thérapie qu'on va trouver ça »
Superviseur-e n°4	« la question du corps et de la mise en œuvre du corps et de son lien sensible avec tous les autres enjeux psychiques de développement, de dynamique m'apparaît comme vraiment essentiel »