

# Recherche descriptive : décrire de façon fiable la pratique du point de vue du gestalt-thérapeute qui la conduit

Conférence Internationale : *Exploring practice-based Research in Gestalt-therapy*,

Paris - 26-27-28 Mai 2017

(NB : Une version enrichie est à paraître dans les Actes de la Conférence)

## 1. Introduction illustrée

Imaginez que vous traversez à vélo, en ligne droite, une grande place plate et dégagée. Soudain vous vous rappelez que vous avez oublié quelque chose. Vous décidez alors de revenir en arrière en effectuant un demi-tour sur votre gauche.

Et alors... Comment réalisez-vous ce demi-tour ?

Habituellement, les réponses à cette question se distinguent en 3 grands groupes :

- 1- Près des 2/3 des personnes répondent : « Ben, en tournant mon guidon à gauche évidemment ! »
- 2- Environ 1/3 des personnes répondent : « Je tourne mon guidon à gauche et je penche à gauche »... ou l'inverse... ou en même temps.
- 3- Et quelques personnes, devant l'évidence de la réponse qui leur vient spontanément (1 ou 2) flairent un piège et préfèrent répondre : « Je ne sais pas ».

Si on filme la scène ou si on équipe les pneus afin qu'ils laissent une trace au sol, on s'aperçoit que la première opération réalisée est toujours de tourner le guidon brusquement À DROITE. Ce geste provoque alors un déséquilibre du vélo sur la gauche. Le cycliste compense ensuite ce déséquilibre en tournant le guidon à gauche.

Alors vous allez peut-être me dire que c'est anecdotique puisque ce premier geste de tourner le guidon à droite dure une fraction de seconde et que le moment le plus long est celui où le guidon est tourné à gauche.

Du point de vue du temps passé oui, c'est anecdotique. Cependant, si ce bref mouvement du guidon à droite manque, le cycliste est jeté immédiatement au sol avec sans doute une luxation de l'épaule droite... Ce qui, d'un autre point de vue, n'est pas anecdotique du tout !

## 2. Écart pratique réelle / récit & théorie de référence

Cette illustration ne prétend pas montrer quoi que ce soit, mais elle permet d'introduire et d'illustrer 2 résultats corroborés par de nombreuses recherches :

- 1- Les personnes ont très généralement une représentation erronée des actes qu'elles réalisent. Dit autrement, le discours des praticiens au sujet de leur pratique est éloigné voire très éloigné de leur pratique réelle.
- 2- Les pratiques réelles sont éloignées des théories professées, dit autrement, les praticiens ne pratiquent pas comme le leur dicte la théorie.

Dans les sciences de l'éducation notamment, ce constat conduit à un renversement de l'orientation des recherches.

Au début des sciences de l'éducation, les universitaires produisaient des théories pédagogiques. Les enseignants étaient censés enseigner en mettant en œuvre ces théories pédagogiques. Au fil des années, cette orientation s'est révélée très inefficace. Les chercheurs ont alors commencé à reconnaître la compétence des enseignants : les sciences de l'éducation constituent un champ scientifique très récent, mais l'enseignement est une activité qui a cours depuis des millénaires.

Les chercheurs se sont alors orientés vers la production de connaissances au sujet de la pratique réelle des enseignants. Des travaux ont été conduits afin de produire des descriptions fiables des pratiques réelles des enseignants.

En quoi nous, gestalt-thérapeutes, sommes-nous concernés par tout cela ?

Chacun d'entre nous a fait un long travail de conscience sur lui-même. Nous nous sommes longuement formés. Nous poursuivons un travail de supervision voire de psychothérapie. Et pourtant, mon expérience de 15 ans de travail avec de praticiens débutants, en formation ou expérimentés me montre que ces constats sont valables pour les gestalt-thérapeutes : nos pratiques sont éloignées de ce que nous en disons et de nos théories de référence. Je n'ai pas le temps d'aller plus loin, mais différents facteurs portent à penser que la gestalt-thérapie, par sa méthodologie, est même plus sujette à de tels écarts que les thérapies cognitives ou la psychanalyse.

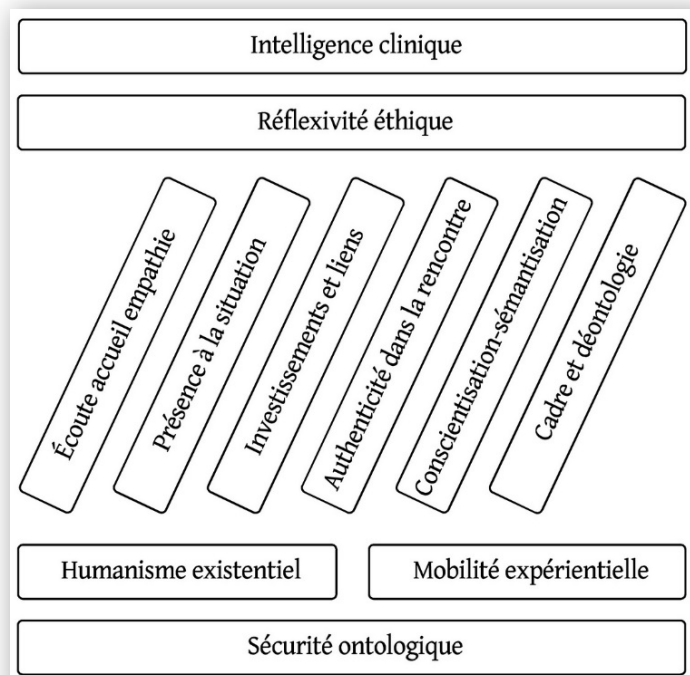
### 3. Recherches conduites dans PRAGMA

Le groupe de recherche Pragma a été créé en 2013. Son projet scientifique est de produire des descriptions fiables de la pratique réelle, du point de vue du gestalt-thérapeute qui la conduit.

Notre point de départ est une description de la pratique sous la forme d'un modèle de compétences que j'élabore depuis l'automne 2000. Dans les premières années j'ai travaillé à partir de simples verbatim de séance. Depuis plus de 10 ans, j'utilise des verbatim enrichis obtenus par différentes techniques d'entretien.

On peut remarquer que ce modèle de compétences est construit à partir de la pratique réelle et non comme la traduction en compétences d'un modèle théorique préétabli.

Les recherches que nous conduisons dans Pragma visent à confirmer, infirmer, préciser et enrichir ce modèle de compétences.



Nous nous sommes beaucoup inspirés de la méthodologie de recherche descriptive utilisée en sciences de l'éducation en l'adaptant à notre contexte. Nous partageons en effet avec l'enseignement la particularité que « ce que fait » le praticien est essentiellement « privé » ou « intérieur ». On ne peut pas avoir accès « de l'extérieur » aux prises d'informations du praticien, à ses réflexions, à ses élaborations et ses choix, aux retenues et aux silences qui sont des interventions et pas seulement des ponctuations de l'interaction, etc.

Si on se contente des données habituellement considérées comme objectives, les traces recueillies par des dispositifs d'enregistrement vidéo ou audio, on manque la plus grande part du travail du praticien.

Cependant, le récit spontané du praticien ne dit pas la réalité de sa pratique. Pour décrire « ce que fait » le praticien de façon fiable, il est donc nécessaire de recourir à des techniques permettant de produire méthodiquement des informations fiables au sujet du vécu du praticien.

Nous ne visons pas ici l'exhaustivité, on ne pourra jamais avoir accès à tout le vécu du praticien. Nous visons à ce que les informations que nous collectons soient fiables.

Heureusement, il existe aujourd'hui différentes techniques d'entretien permettant d'atteindre cet objectif : l'entretien d'explicitation, l'entretien d'auto-confrontation simple ou croisé, pour citer celles que nous avons employées.

## 4. Méthodologie générale d'une recherche

La méthodologie des recherches que nous menons est composée de deux phases principales :

- 1- Dans un premier temps, nous produisons les données d'expérience.
- 2- Dans un second temps, ces données sont exploitées afin de construire des connaissances au sujet de la pratique.

La production des données d'expérience comporte 4 phases :

- 1- Un gestalt-thérapeute enregistre et retranscrit fidèlement une séance produisant un verbatim brut.
- 2- Le praticien enrichit une première fois le verbatim en ajoutant des éléments de son vécu dont il est sûr qu'il les a vécus. Il utilise ses notes prises dans le cours de la séance et ses souvenirs. Il est attentif à laisser de côté les hypothèses qu'il peut faire au sujet de ce qu'il a vécu ainsi que ses représentations au sujet de ses vécus habituels.
- 3- Il anonymise le verbatim afin de garantir la confidentialité du patient.
- 4- Le verbatim est enrichi une deuxième fois au cours d'un entretien d'explicitation ou d'auto-confrontation mené par des intervieweurs avec le gestalt-thérapeute sur la base du verbatim enrichi et anonymisé.

Le verbatim enrichi final est constitué d'une alternance de propos du patient, d'interventions du gestalt-thérapeute et d'éléments de son vécu. Ce verbatim enrichi constitue les données d'expérience sur lesquelles on conduit ensuite la recherche proprement dite.

Suite aux premières recherches, nous avons observé que l'intérêt des intervieweurs, qui sont aussi des gestalt-thérapeutes, dérivait régulièrement vers les propos du patient, vers l'interaction et vers la situation. Ce constat nous amené à aménager la méthodologie. Pour nos deux dernières recherches, nous avons donné aux intervieweurs un verbatim dont les propos du patient ont été effacés. Ce choix présente deux intérêts :

- 1- Intérêt éthique et déontologique : Les intervieweurs n'ont plus accès aux propos du patient.
- 2- Intérêt méthodologique : Les intervieweurs restaient centrés sur les propos et le vécu du gestalt-thérapeute.

Les entretiens ont gagné en efficacité, mais la perte des propos du patient et donc de l'interaction a été frustrant pour les gestalt-thérapeutes que sont les intervieweurs.

## 5. Exemple de recherches et de résultats

Nous avons conduit plusieurs recherches qui nous ont permises de :

- Préciser la compétence d'intelligence clinique,
- Redécouper certaines compétences,
- Mettre à jour la dimension humaine mobilisée par le praticien derrière des gestes qui pouvait apparaître comme essentiellement techniques,
- Préciser la diversité des gestes relevant de la compétence de conscientisation,
- De mettre à jour des savoirs réellement mobilisés par le praticien,
- Distinguer derrière les gestes professionnels apparents et des gestes professionnels effectivement réalisés,
- Distinguer une directivité de but et une directivité de direction,

## 6. Retombées

On peut attendre des retombées de recherches descriptives à plusieurs niveaux.

Retombées professionnelles – Conduire un travail de recherche descriptive sur sa propre pratique a des effets de mise au travail de sa pratique en profondeur. Participer comme intervieweur aux entretiens d'auto-confrontation a également, dans un moindre degré, un effet de perfectionnement professionnel.

Retombées politiques – Pouvoir présenter des descriptions établies comme fiables de nos pratiques peut sans doute contribuer à un renforcement de l'image de la gestalt-thérapie auprès des professionnels, du public et des pouvoirs publics... Il ne faut toutefois pas trop rêver sur ce dernier point, les aléas législatifs en France et en Belgique montrent que notre poids est minime dans les jeux politiques et corporatistes.

Retombées pédagogiques – Une meilleure connaissance des pratiques que l'on vise à transmettre dans les cursus de formation permet de faire évoluer et d'améliorer les dispositifs pédagogiques mis en œuvre pour permettre aux apprentis gestalt-thérapeutes de construire les compétences professionnelles nécessaires à la pratique professionnelle.

Retombées scientifiques – Il y a deux retombées importantes au niveau scientifique.

Ces recherches descriptives contribuent au mouvement général de la science entendue comme une entreprise de connaissance et de description fiable du monde, et pas seulement comme un vecteur d'innovations technologiques.

Le second point concerne les recherches évaluatives qui constituent la plupart des études scientifiques conduites en psychothérapie. Elles visent à mesurer les effets d'une approche ou à comparer les effets de différentes approches. Par exemple les effets des pratiques de « se disant gestalt-thérapeutes » sont comparés avec les effets des pratiques de « se disant psychanalystes ». Ce faisant, les chercheurs postulent implicitement : 1) que les pratiques sont homogènes au sein de chaque approche ; 2) qu'il y a des différences significatives entre les approches... ou tout au moins que les différences entre les approches sont plus significatives qu'au sein d'une même approche.

Or si on accepte que les pratiques réelles sont éloignées voire très éloignées des discours à leur sujet et des théories de référence, il n'est pas sûr du tout que le découpage en méthode de rattachement reflète les différences de pratique,

Au fond on c'est un peu comme vouloir comparer les effets de gélules rouges bleues et vertes. On va utiliser des moyens sophistiqués comme le double aveugle, mais sans avoir pris le temps de vérifier au préalable que les gélules de même couleur contiennent bien le même produit et qu'il y a bien des produits différents dans chaque couleur.

Alors on risque fort d'arriver au résultat que : 1) les gélules ont un certain effet et 2) globalement les gélules des trois couleurs ont des effets similaires.

Et il me semble bien que plusieurs études sont arrivées à la conclusion qu'il vaut mieux une psychothérapie que rien et qu'il n'y a pas de différences significatives dans les effets des différentes méthodes. Il me semble qu'il y a là un biais méthodologique important qui nuit à la pertinence des études évaluatives en psychothérapie.

## 7. Références

Nous éditons un journal qui rend compte de nos recherches : PRAXIQUES

Qui est en téléchargement libre sur le site du groupe de recherche : [www.gr-pragma.org](http://www.gr-pragma.org)

Bibliographie : Très nombreux ouvrages, notamment chez De Boeck, sur les recherches menées en sciences de l'éducation.

## 8. Conclusion illustrée

Et pour terminer en image, lorsque sur votre vélo vous êtes en train de tourner régulièrement à gauche pour faire votre demi-tour, comment faites-vous pour ramener le vélo en ligne droite ? On en parle à la pause... !

*Frédéric Brissaud,  
gestalt-thérapeute depuis plus de 18 ans, membre agréé du CEG-t, co-fondateur et co-directeur de l'Institut GREFOR, initiateur du groupe de recherche PRAGMA.*

## 9. Nécessité de couper et a priori

En recherche il est nécessaire de couper ce que l'on veut décrire ou théoriser.

Dans notre cas nous avons coupé selon différentes lignes :

- 1- S'intéresse seulement à la pratique des membres de l'institut Grefor qui ont vérifié in vivo, par l'expérience des co-animations thérapeutiques la proximité de leurs pratiques.
- 2- S'intéresse à décrire la pratique seulement du point de vue du praticien qui la met en œuvre.

Ce second point entre souvent en conflit avec l'idée gestaltiste de s'intéresser à la totalité et notamment à la dyade patient-thérapeute plutôt qu'au seul patient.

Cependant, notre objectif n'est pas d'appréhender « ce qui se passe dans une thérapie » ni « ce qui se passe dans la séance » ni « ce qui se passe dans l'interaction ou la rencontre ». Notre objectif est seulement de décrire la pratique et de réaliser cette description du point de vue du praticien qui la conduit.

C'est notre choix de recherche. D'autres projets de recherche pourraient s'intéresser à la pratique du point de vue de celui qui la reçoit, du point de vue du patient ou s'intéresser à la pratique d'un point de vue extérieur de quelqu'un qui observe la rencontre patient-thérapeute.

Ce seraient alors d'autres axes de recherche.

Si on pourrait penser que, d'un point de vue gestaltiste, une recherche en gestalt-thérapie devrait être en congruence avec ses orientations et donc s'intéresser à la totalité de la situation, ou tout au moins à la dyade patient-thérapeute, d'un point de vue scientifique toutes ces recherches sont valables et aucune n'est meilleure que l'autre. Il s'agit seulement d'objets différents et donc de connaissances produites différentes.