

Entre phénoménologie et gestalt-thérapie : un lien par un continuum de pratiques

Frédéric Brissaud

Avril 2025 – Draft – Soumis à publication

***Mots-clés :** accompagnement, effets, entretien d'explicitation, entretien phénoménologique expérientiel, intersubjectivité, phénoménologie, psychothérapie, présence, vécu en cours, vécu passé.*

***Résumé :** Dès sa naissance, la gestalt-thérapie s'est annoncée comme une phénoménologie appliquée, sans toutefois en préciser les modalités d'application. Par la suite, les éclairages phénoménologiques se sont situés dans des liens avec des auteurs phénoménologues ou des éclairages généraux au sujet des gestes de suspendre, décrire, laisser apparaître. Appuyé au développement de pratiques phénoménologiques bien documentées sur leurs modalités et leurs effets, cet article présente un continuum de pratique permettant de relier la phénoménologie entendue comme pratique concrète à une pratique de la gestalt-thérapie.*

En rupture avec les attitudes quotidienne et scientifique centrées sur l'observation des faits eux-mêmes, hors de l'expérience qu'on en fait, la phénoménologie, dans sa perspective husserlienne, vise à observer l'apparition des faits dans l'expérience vécue par un sujet. Il s'agit d'appréhender la réalité telle qu'elle se donne dans le vécu subjectif et d'examiner, du point de vue de la personne, « ce qui lui apparaît dans son vécu » afin de déterminer et de décrire l'essence de ce dont on fait l'expérience. Ce courant philosophique est, à la fois, une discipline conceptuelle ou théorique, par l'étude et la discussion des résultats produits par des analyses phénoménologiques, et une discipline pratique, une expérience à vivre en première personne, comme méthode d'investigation pour chercher le mode d'apparaître d'un phénomène et décrire cette observation².

La gestalt-thérapie est souvent située par rapport à la phénoménologie dans une filiation établie par le recours à des notions phénoménologiques éclairer les principes de notre approche. Mon intention ici est de montrer les accointances entre la gestalt-thérapie, tout au moins la pratique transmise par l'Institut Grefor, et la phénoménologie dans sa dimension pratique et méthodique, dans deux directions : d'une part à partir de la description de deux compétences de notre théorie de la pratique gestaltiste et, d'autre part, en évoquant un continuum de dispositifs pédagogiques reliant des techniques d'entretiens phénoménologiques et la pratique de la gestalt-thérapie.

1 Une pratique de la gestalt-thérapie

Une présentation succincte et générale de la pratique de la gestalt-thérapie dont il est question dans ces pages permettra de contextualiser les deux compétences précisées ensuite.

¹ Courant philosophique majeur dans l'Europe 20^e siècle fondé par Edmund Husserl.

² N. Depraz 2004, 2014.

1.1 Aperçu synthétique

Dans cette pratique³, le praticien propose à la personne qui fait appel à lui d'être là pour elle et de l'accompagner, guidé par le souci d'autrui, attentif à sa singularité et ses particularités, au gré de son cheminement dans son évolution personnelle et sociale, à travers les aléas de sa vie, interagissant avec elle dans une égalité de valeur, mais une asymétrie de place.

La caractéristique de cet accompagnement tient à la conjonction de cinq dimensions qui constituent l'expertise professionnelle du praticien :

- accueillir la personne, l'écouter profondément, approcher de l'intérieur son univers, interpeler ses façons de penser, questionner ses évidences, ouvrir des réflexions, envisager des possibles, écouter la personne dans et par son propre vécu,
- tenir compte de la globalité de sa situation psychosociale⁴, dans ses trois dimensions personnelles-existentielle, relationnelle et sociale, dans sa complexité, son intelligibilité partielle et son évolutivité continue et imprévisible,
- s'impliquer humainement dans la rencontre et s'engager dans les liens qui se tissent entre la personne et le praticien, dans une proximité existentielle, restant professionnelle, au service de la personne, de son évolution, et non au service du praticien,
- permettre à la personne de devenir progressivement plus consciente de pans non conscients de son vécu, actifs dans sa façon d'être au monde et d'être en relation, ouvrant ainsi à des marges de manœuvre et à plus de présence à soi, à l'autre, à la relation,
- laisser à la personne la liberté de ses choix, de ses orientations, de ses revirements, de ses croyances et de ses doutes, respecter ses limites et sa souveraineté sur son existence en s'abstenant de prendre position au sujet de sa vie et de son devenir.

Les directions d'intervention émergeant de la mobilisation de ces dimensions, au gré des évolutions imprévisibles l'entretien en cours, sont travaillées et coordonnées par l'intelligence clinique du praticien et par sa réflexivité en situation, sans protocole ni plan préétabli.

Il importe d'accueillir la personne, sans jugement, de lui faire place, d'écouter sa sensibilité, sa vulnérabilité, sa complexité, sa profondeur, sa singularité, de s'ouvrir à sa façon de percevoir le monde, d'approcher ses indicibles, ses impensés, ses « pas même envisagés », ses prêts-à-penser, sans que le praticien lui impose les siens. Au fil de l'accompagnement, en cheminant à ses côtés, du sens peut apparaître à la personne, se construire ensemble ou se reconstruire, sens toujours momentané et situé dans la configuration de la situation présente.

La relation qui se déploie entre la personne et le praticien constitue le cœur de l'accompagnement. Tissée de leurs rencontres affectées, de leurs liens investis, sur fond d'influences et d'ébranlements mutuels, elle est vécue pour elle-même, comme relation fondamentalement humaine, objet de travail et moyen d'évolution. Elle implique le praticien, toujours, et il s'y implique avec authenticité en partageant la manière dont elle l'affecte, ouvrant une forme non quotidienne de rencontre, au service de la personne et non de lui-même.

Permettre à la personne de développer sa présence à elle-même, à l'autre, à l'être-ensemble, à son existence, modifie sa façon d'être au monde, notamment en relation. Mobiliser son attention vers son vécu, dans un moment passé ou dans l'instant présent, lui permet de devenir progressivement présente à des phénomènes non conscients de son vécu, à l'œuvre dans sa façon de voir le monde, de

³ F. Brissaud 2016, 2025-b.

⁴ F. Brissaud 2025-a.

l'éprouver, de le penser, d'y agir, d'aller vers, d'interagir et de se lier avec autrui, avec le praticien dans les séances et avec les autres dans sa vie.

Le praticien s'inscrit dans une culture professionnelle :

- de la complexité, de l'imprévisible, de l'incertitude, du doute,
- de la sensibilité, de la vulnérabilité, de la faillibilité, de l'humilité,
- de la coaffectation, de l'interdépendance, du « faire avec l'autre »,
- de la reconnaissance de la singularité d'autrui, de la valeur du désaccord, du conflit,
- de l'angoisse, du désir, de la peur, de l'élan et de la souffrance comme expériences intrinsèques à l'existence humaine,
- de la lenteur, du changement progressif, de l'inadéquation des recettes préconstruites et du renoncement à l'illusion du miracle,
- de vigilance envers les phénomènes de manipulation et d'emprise,
- de reconnaissance de la valeur de la méthode scientifique et de ses résultats, l'expérience personnelle étant un possible, jamais une preuve.

Le praticien interagit avec la personne et contribue à son cheminement en partageant ses impressions, ouvrant des réflexions, en proposant des idées sans insinuer ni enseigner, sans interpréter ni décoder quelque aspect de sa vie, sans visée normative, ni autoritaire. Ne pouvant pas prétendre savoir ce qui est ou sera pertinent pour la personne et pour sa vie, aujourd'hui, demain ou plus tard, le praticien s'abstient de la conseiller ou de l'orienter.

Renoncer ainsi à une posture de surplomb, de pouvoir, à indiquer la voie à suivre, à promettre un résultat, conduit à porter attention à la situation de la personne, à l'élan qui la conduit à solliciter une aide et à s'atteler avec elle à ce qui la préoccupe, sans prendre position au sujet de l'issue, ni au sujet de la vie de la personne, de ses orientations, de ses choix, sans la dissuader de poursuivre ses éventuels objectifs, ni l'y encourager.

Six obligations de moyens sont indispensables à l'exercice de cette activité professionnelle : une expérience de vie suffisante, une formation professionnelle expérientielle longue, la mise au travail régulière de la pratique en supervision, l'engagement déontologique par l'adhésion volontaire et continue à une organisation professionnelle, la reconnaissance de sa professionnalité par un groupe de pairs membres d'une organisation professionnelle, la contribution active au fonctionnement des organisations professionnelles de praticiens qui règlementent, de façon responsable, la liberté de pratique de ce champ professionnel.

Cette forme d'accompagnement est une pratique parmi d'autres. Certaines des personnes qui viennent rencontrer le praticien trouvent un intérêt à l'expérience de cette forme de travail relationnel et cheminent pour un temps avec lui, d'autres passent leur chemin.

En près de 25 ans de recherches sur la pratique, nous avons identifié une dizaine de compétences professionnelles⁵ formant une théorie de la pratique qui constitue l'ossature de la formation professionnelle à cette pratique. Je ne retiens ici que les deux utiles à la suite de l'exposé.

⁵ F. Brissaud 2025-b.

1.2 Compétence de conscientisation par la personne de son vécu

Devenir plus conscient de son vécu nécessite un dégagement de la captation par le monde environnant pour s'attacher à son vécu, à l'expérience de soi-même et de l'environnement. Il s'agit de passer d'un « aller chercher » à un « laisser venir » transformant les activités de rappel et de réflexion dans une position de parole distanciée, hypothétique ou générale, en une activité de ressouvenir et de réfléchissement dans une position de parole présentifiée. Le vécu devient accessible à une exploration susceptible d'amener à la conscience des pans non conscients dans ses différentes modalités (sensations corporelles, émotions, affects, impressions, perceptions, cognitions, remémorations, anticipations, actions motrices, cognitives ou interactionnelles). Ce geste peut viser le vécu dans le moment présent, dans l'interaction en cours, dans un moment passé, dans une situation imaginaire ou dans une famille de situations.

Décrocher de l'attitude quotidienne n'est pas un geste véhiculé par notre culture. Le susciter requiert une technicité spécifique prolongeant celle de l'entretien d'explicitation⁶ pour repérer la position de parole de la personne et pour remplacer les questions directes dictées par une recherche d'information par un guidage de l'attention visant à susciter la conscientisation de son vécu par la personne. L'intégration de cette technicité permet sa mise en œuvre, dans le vif d'une rencontre humainement engagée et son ajustement aux préoccupations de la personne.

Devenir plus conscient de pans non conscients du vécu, notamment des particularités de notre façon d'être au monde qui permettent notre existence et en même temps la limitent, ouvre petit à petit la possibilité d'exister différemment.

1.3 Compétence d'intimité existentielle dans des moments sensibles de co-existence

La dissipation de la souffrance de la personne et de ses préoccupations ouvre l'éventualité de l'arrêt du travail. Cependant, si elle reste là dans le « pas grand-chose », voire dans le silence, si elle a tissé un lien de confiance avec le praticien, si elle est capable d'être attentive à son vécu présent, à elle-même, à l'autre, à l'interaction en cours, si elle le fait et en témoigne spontanément, ce qui nécessite habituellement plusieurs années, s'ouvre alors la possibilité de vivre une dimension cachée et méconnue de la coprésence.

S'impliquant ensemble dans l'interaction en suivant le fil de leurs vécus dans la rencontre, à partir de leurs sensibilités et de leurs vulnérabilités, en témoignant de leurs expériences présentes, reconnaissant l'impact mutuel de leurs existences d'instant en instant. L'asymétrie des places tend à se réduire à la dimension du souci de l'un pour l'autre, le praticien continuant à être là « pour autrui », pour la personne, et non « pour lui-même ».

Le partage prend le pas sur la discussion, en témoignant l'un et l'autre de nos vécus présents. Cette ouverture conjointe nous engage dans un « corps à corps », un « cœur à cœur », un « sensible à sensible », dans une intimité existentielle qui surgit dans la rencontre et s'apprivoise petit à petit en l'explorant ensemble. Il ne s'agit pas d'une expérimentation, ni d'une ascèse, ni une méditation à deux, c'est un possible de la rencontre, rare, exceptionnel même, inconnu dans la vie courante, les routines huilées des rapports sociaux nous en tenant à l'écart.

⁶ P. Vermersch 2019.

2 Pratiques phénoménologiques et leurs effets

Décrire de façon fiable l'expérience vécue du point de vue de celui qui la vit est un enjeu important pour la transmission des pratiques réelles et leur perfectionnement, et pour la recherche, qui requiert, mais n'est ni simple, ni facile, ni immédiat. Plusieurs techniques d'entretien ont vu le jour fournissant une aide méthodique pour accéder à l'expérience vécue. J'en retiens deux visant la conscientisation et l'exploration d'un vécu passé, l'entretien d'explicitation et l'entretien phénoménologique expérientiel, en évoquant leurs particularités et les effets constatés de ces entretiens lorsqu'ils sont pratiqués régulièrement.

2.1 L'entretien d'explicitation et ses effets

L'*entretien d'explicitation* (EdE) a été élaboré par Pierre Vermersch à la fin des années 80, puis conceptualisé, transmis et diffusé, dans le cadre du GREX⁷. Il s'agit d'une aide à la verbalisation de l'action par le sujet qui agit en vue de la documenter. Sa spécificité est de viser une action passée afin d'en décrire finement le déroulement du point de vue de la personne qui l'a conduite. La réalisation de toute action comportant une part non consciente pour celui qui l'effectue, la description spontanée de l'action est éloignée du déroulé de sa réalisation. La principale difficulté à laquelle l'EdE tente de remédier est que, peu sensibilisé à cette cécité de la conscience, ni formé à la pendre en compte, obtenir une verbalisation précise et fiable de l'action nécessite une médiation experte. Par la primauté accordée à l'expérience vécue par le sujet et à sa description, l'EdE s'inscrit dans une perspective phénoménologique.

L'EdE est un ensemble de pratiques d'écoute, basé sur des grilles de repérage de ce qui est dit, et de techniques de formulation de relances (questions, reformulations, silences) qui visent à permettre un devenir conscient de différents pans du vécu et à aider leur mise en mots. Il s'agit notamment des raisonnements mis en œuvre (différents de ceux adoptés hors de l'engagement dans l'action), des buts réellement poursuivis (souvent distincts de ceux que l'on croit poursuivre), des savoirs effectivement mobilisés dans la pratique (souvent différents des théories apprises), des gestes moteurs et cognitifs accomplis, des représentations et pré-conceptions sources de difficultés dans la conduite de l'action⁸.

En pratique, l'intervieweur oriente l'interviewé vers un moment passé précis et cherche à susciter un état de conscience, qualifié de *position de parole incarnée* ou de *mise en évocation* ou de *ressouvenir*, dans lequel le vécu du moment passé emplit l'expérience présente de l'interviewé, dans une qualité telle qu'il « se retrouve dans la situation en train de réaliser l'action ». Ensuite, en étant attentif à maintenir cet état de conscience, l'intervieweur guide par ses relances l'exploration par l'interviewé du vécu passé présentifié en s'intéressant à des temporalités de plus en plus fines, en sollicitant leur explicitation centrée sur le « comment » du vécu, en renonçant au « pourquoi » et à une recherche d'explication causale.

Le revécu d'un moment passé suppose la mise entre parenthèses de la situation actuelle au profit de la situation évoquée, la centration concomitante de l'intervieweur, de l'interviewé et de leur interaction sur le vécu du moment passé, ainsi qu'un lâcher-prise et une mise en confiance de l'interviewé. Ces facteurs sont favorisés par une qualité d'accordage induite par l'adoption par le premier du vocabulaire, du rythme et du ton de la voix, et par l'adéquation de ses relances au vécu de

⁷ Groupe de Recherche en EXplicitation qu'il a co-fondé en 1991.

⁸ P. Vermersch 2019, p. 9-10.

l'interviewé, afin d'éviter des dissonances conduisant ce dernier à effectuer des choix ou demander des précisions à l'intervieweur.

L'EdE distingue l'acte de *réfléchissement*, qui consiste à amener à la conscience réflexive des aspects encore irréfléchis de l'expérience, de l'acte de *réflexion*, qui consiste en une activité d'élaboration au sujet de ce qui est déjà réflexivement conscient. Concernant le vécu d'un moment passé, l'EdE conduit à distinguer le *ressouvenir*, mouvement de présentification d'une expérience vécue antérieurement dans toute son épaisseur perceptive, affective, motrice, cognitive, et le *rappel*, mobilisation du souvenir disponible réflexivement, sorte d'esquisse économique pour notre conscience⁹.

Permettant l'accès à l'action telle qu'elle a été réellement conduite, notamment dans sa dimension non consciente, l'EdE a de nombreux effets professionnalisants¹⁰, facilite la compréhension du déroulement de l'action, l'identification des sources d'amélioration et la transmission des savoirs, pouvant contribuer à pallier la difficulté de la transmission, bien identifiée dans le monde professionnel.

En touchant l'intimité de l'être au monde de l'interviewé, l'entretien constitue une expérience intense de la présence d'autrui et un « moment incandescent de la relation humaine »¹¹. Sa pratique régulière sur plusieurs années a de puissants effets de transformation¹², notamment sur la façon d'être au monde des pratiquants. En permettant l'exploration des mondes intérieurs il « transforme considérablement notre rapport au monde et aux autres, en donnant de l'épaisseur au moment que nous vivons. »¹³ Il fait découvrir des attitudes corporelles, des affects, la variété et la mouvance de notre espace corporel présents dans l'expérience en même temps que les actions de réflexion, mais non remarqués. Au fil du temps, « se poser la question du *comment* devient une seconde nature » et ouvre la possibilité de « pratiquer cet accès à la conscience pré-réflexive de manière spontanée et parfois quasi continue. C'est le sens philosophique du libre *becoming aware*¹⁴ »¹⁵.

2.2 L'entretien phénoménologique expérientiel et ses effets

Au fil d'une pratique régulière de l'entretien d'explicitation au sein du groupe de travail APHEX¹⁶ à Marseille, la technique a progressivement évolué de façon involontaire et non remarquée. Le repérage de ces transformations a conduit à la définition d'une nouvelle méthode d'investigation de l'expérience vécue, qualifiée d'entretien phénoménologique expérientiel (EPE), dérivée de l'EdE dont elle reprend la structure globale en y apportant ses spécificités. Cette section a été rédigée à partir de six articles décrivant l'EPE et ses effets¹⁷.

⁹ C. Balzani & all 2013, p. 126.

¹⁰ Collectif 2022.

¹¹ C. Balzani & all 2013, p. 127.

¹² A. Cazemajou 2013, p. 4.

¹³ C. Balzani & all 2013, p.125.

¹⁴ N. Depraz, F.J. Varela, P. Vermersch 2011.

¹⁵ C. Balzani & all 2013, p.125.

¹⁶ Atelier de PHénoménologie EXpérientielle.

¹⁷ C. Balzani & all 2013 ; J. Vion-Dury & all 2013 ; G. Mougin, J. Vion-Dury 2015 ; J. Vion-Dury, G. Mougin 2016 ; G. Mougin, J. Vion-Dury 2018 ; J. Vion-Dury, G. Mougin 2018.

Dans l'EPE, comme dans l'EdE, le sujet est invité par un guidage expert à revenir à son expérience vécue dans un moment passé, à la revivre en la présentifiant, à la décrire dans son épaisseur, en insistant sur le « comment descriptif », distinct du « pourquoi explicatif ou interprétatif », et en mettant de côté les généralités et les causalités concernant cette expérience.

Alors que l'EdE vise le déroulement de l'action, l'EPE « vise à découvrir l'étendue infinie du champ de l'expérience vécue en ses multiples modalités (action, perception, imagination) en y ajoutant l'explicitation de l'intersubjectivité du moment partagé, des modes de présence, de l'altérité... »¹⁸. Il œuvre à « l'exploration de l'Être-là, du Dasein, de la Présence Humaine »¹⁹. Contrairement à l'EdE, l'intervieweur ne s'interdit pas « les suggestions dans la mesure où celles-ci peuvent déplier l'expérience [et] ne considère pas le moment spécifié comme indispensable à l'explicitation »²⁰. L'explicitation peut concerner une classe de vécus ou une pensée du futur, donc de l'imaginaire ou une pensée du « comme si ».

L'EPE fait vivre l'expérience d'une co-présence produite par un accordage affectif très intense entre intervieweur et interviewé, qui donne l'impression de la création d'une *bulle commune*, d'un espace commun de conscience « dans lequel les affects de vitalité circulent, les énergies s'échangent et dans lequel la relation intersubjective en quelque sorte s'exalte »²¹. L'EPE est donc « un moment de rencontre intersubjective orienté vers un non-but »²².

Recevoir ou donner un EPE constitue une expérience singulière dont l'effet ne s'arrête pas à la fin de l'entretien et dont l'intégration à l'ensemble des expériences vécues va transformer petit à petit la personne. Sa pratique régulière conduit à la constitution d'un *style phénoménologique* « qui intéresse en particulier la manière d'être en relation avec les autres, de se positionner dans le monde, et de s'ouvrir au possible de l'existence ». Se découvre une manière originale d'être conscient dans une intensité qui à quelque chose à voir avec une incandescence, et qui se décline en trois formes d'évolutions de la présence, qualifiées de « formes incandescentes de la Présence ».

1 – L'*intersubjectivité phénoménologique* ou *intimité conscientielle*, concerne l'apparition dans le dialogue d'un *discours en mode explicitant*, une « manière d'échanger qui ponctue le discours « normal » de moments d'explicitation (ou d'auto-explicitation) des vécus conscients sur le mode du « comment ». La forme des relations aux autres se trouve dévoilée par l'expérience de cette bulle commune. « Tout cela crée un type d'amitié inhabituel, fondé non seulement sur l'estime, la sympathie, les intérêts communs, mais sur le partage d'intimité qui ne se dévoile en réalité que là. »²³

2 – L'*incandescence existentielle* désigne la modification de la façon d'être conscient au quotidien. Une oscillation spontanée, rapide et consciente entre conscience réflexive (*consciousness*) et conscience préréfléchie (*awareness*) ouvre à l'exploration de sa vie consciente jusqu'en des profondeurs inattendues. Il se *dé-couvre* et se *dé-voile* lui-même et pour lui-même dans son intimité existentielle. En prenant conscience « de la peur et de l'angoisse qui s'était temporées dans l'oubli » se produit une « transformation progressive de sa propre Présence » qui accroît la densité, la richesse et le rayonnement de la Présence vers une *incandescence existentielle*. »

¹⁸ G. Mougin, J. Vion-Dury 2018.

¹⁹ J. Vion-Dury & all 2013, p. 238.

²⁰ J. Vion-Dury, G. Mougin 2018.

²¹ Sauf indication contraire explicite, toutes les citations suivantes proviennent de J. Vion-Dury & all 2013.

²² G. Mougin, J. Vion-Dury 2018.

²³ J. Vion-Dury & all 2013, p. 344.

3 – Les deux premières ouvrent à la *modification de la conscience de l'Autre* et l'*embrasement relationnel*. Par les accordages successifs de plus en plus profonds et spontanés, les personnes entrent en interaction en mêlant discours quotidien, discours en mode explicitant, auto-explicitation légère et explicitation quasi continue, vers une *Présence commune au monde* dans laquelle on ne discute plus, mais on partage. Dans cette *amitié phénoménologique*, la Présence de l'autre nous est véritablement intime, pas de l'ordre de l'intimité de la vie de couple, mais de la *préoccupation éthique* : *l'autre nous importe* et la présence se vit comme une *disponibilité pour l'autre*.

Ces profondes modifications de la présence peuvent conduire le praticien régulier de l'EPE à une forme de « sentiment d'isolement, comme s'il devenait un peu étranger au quotidien et au code prédéfini bien huilé. Mais en même temps, c'est comme s'il lui poussait des antennes : son intuition se développe et l'atmosphère du monde devient pour lui une source d'inspiration »²⁴.

3 Accointances entre entretiens phénoménologiques et gestalt-thérapie

On constate des proximités importantes existent entre d'une part les compétences professionnelles de conscientisation par la personne et d'intimité existentielle évoquées dans la section 1 et, d'autre part, les techniques d'entretiens et leurs effets présentés dans la section 2.

Dans le cadre du cursus de formation initiale de gestalt-thérapeute dispensé par l'Institut Grefor, de sessions de formations professionnelle continue et d'ateliers de recherche, nous avons construit plusieurs dispositifs pédagogiques expérientiels dans le but de permettre aux stagiaires de construire ces deux compétences professionnelles. Ils s'organisent selon un continuum entre les techniques évoquées dans la section 2 et la gestalt-thérapie telle que pratiquée et transmise par notre organisme de formation.

3.1 Un continuum d'entretiens phénoménologiques

Toutes les formes d'entretien qui suivent relèvent de pratiques phénoménologiques au sens où toutes se centrent, d'une façon ou d'une autre, sur l'expérience subjective vécue par l'interviewé. Toutes imposent à l'intervieweur une précaution à l'égard de l'interviewé qui peut être amené à conscientiser, même dans des situations apparemment anodines, des pans difficiles ou douloureux de son vécu, inattendus et inconnus, nécessitant de la part de l'intervieweur, attention, respect et souci d'autrui.

L'*entretien phénoménologique (EP)* visant un *moment passé* est une évolution de l'entretien d'explicitation, à visée de conscientisation de l'expérience vécue en relâchant l'objectif de décrire l'action²⁵ et celui de rechercher une position de parole strictement incarnée. Comme dans l'EdE, la présence de l'intervieweur s'efface derrière sa fonction de guidage.

Dans les séances de gestalt-thérapie, des moments d'exploration d'un vécu passé, récent ou plus lointain, peuvent se produire lorsqu'il apparaît pertinent de revenir sur une situation ou pour permettre à la personne de découvrir la richesse de son vécu et l'épaisseur de sa dimension non consciente. Cependant, le plus souvent, le travail de conscientisation s'opère au fil de l'interaction, de sorte que, plutôt que de rechercher une position de parole incarnée, le praticien privilégie une

²⁴ G. Mougin, J. Vion-Dury 2018.

²⁵ Nous avons utilisé cette forme d'entretien à des fins de recherche dès 2007, bien avant de découvrir les travaux de l'APHEX (cf. F. Brissaud 2007-b, p. 282).

position de parole *en contact* dans laquelle la personne revit la situation passée en position d'évocation, mais de façon moins immersive, sans que l'expérience du moment passé n'emplisse complètement son expérience. Cette position « moins incarnée », mais pas pour autant abstraite, est mieux adaptée au cadre temporel restreint de la séance d'accompagnement et plus propice à l'exploration progressive de situations généralement complexes et délicates, voire souffrantes qui préoccupent la personne, tout en permettant le réfléchissement, la conscientisation, de pans non conscients du vécu.

L'*EP visant un moment imaginaire ou futur* est l'exploration d'instant en instant du déploiement du vécu de l'interviewé au fil d'une mise en situation imaginaire, dans une « expérience de vécu »²⁶, au cours de laquelle il est guidé à être « tout entier dans la situation imaginaire » qui emplit alors son expérience présente. Dans une séance de gestalt-thérapie, l'intérêt de moments d'intervention dans cette forme est de se projeter dans une situation à venir ou envisagée et de pouvoir explorer différentes éventualités, tout en permettant la conscientisation de pans non conscients de l'expérience qui se déploie. Cette forme d'entretien permet également d'explorer une *famille de situations* répétitives dont la situation imaginaire serait une forme de prototype, sans nécessiter de spécifier un moment précis tout en conduisant à des conscientisations qui éclairent la dynamique récurrente à l'œuvre.

L'*EP visant le vécu en cours* explore d'instant en instant l'expérience présente dans ses différentes dimensions. Sa particularité est de se dérouler dans le flux du vécu, en perpétuelle évolution d'instant en instant, modifié par la conduite même de l'entretien. Viser le vécu en cours dans le présent de l'entretien conduit à l'apparition de l'intervieweur dans l'exploration du champ expérientiel de l'interviewé, comme un élément de l'environnement dont l'interviewé éprouve les effets perlocutoires des interventions. C'est le graal de la gestalt-thérapie, qui n'est cependant pas facilement accessible aux personnes que l'on accompagne, habituellement accaparées par leurs soucis « extérieurs » et n'ayant pas l'habitude de tourner leur attention vers leur vécu.

L'*EP visant la rencontre* implique l'intervieweur dans l'entretien à partir de son humanité et de son propre fil de vie dans l'entretien. Il alterne des relances visant à aider l'interviewé dans l'exploration de son vécu en cours et des témoignages de son propre vécu, prenant ainsi part à l'interaction dans sa dimension humaine. La spécificité de cette forme d'entretien est d'avoir à suivre deux dynamiques distinctes, celle de l'explicitation du vécu et celle de la rencontre sans que l'une prenne durablement le pas sur l'autre et requiert, de l'intervieweur la capacité à être attentif à la fois à l'interviewé et à son propre vécu de la rencontre.

Ces différentes formes d'entretiens phénoménologiques sont des dispositifs ponctuels dans lesquels les rôles de l'intervieweur et de l'interviewé peuvent tourner entre les personnes d'un entretien à l'autre, voire s'inverser dans une même dyade, et dans lesquels l'intervieweur conserve un rôle de guidage de l'interviewé dans l'exploration de son vécu. Deux formes supplémentaires

²⁶ Une expérience de pensée est une méthode utilisée pour résoudre un problème en utilisant la seule puissance de l'imagination humaine, notamment lorsque les conditions d'une expérimentation ne sont pas réalisables. Une « expérience de vécu » en est un prolongement mobilisant l'ensemble du vécu.

permettent de faire la liaison avec les entretiens d'accompagnement relationnel et phénoménologique de l'existence.

3.2 Deux formes intermédiaires d'entretiens phénoménologiques

Lorsqu'une personne, après avoir beaucoup pratiqué les formes précédentes d'entretiens phénoménologiques, devient capable de mobiliser d'elle-même et spontanément son attention vers son vécu dans le cours d'une interaction impliquante et d'en témoigner s'ouvre alors deux formes intermédiaires dans lesquelles le guidage disparaît.

La première correspond aux *moments sensibles de co-existence* évoqués dans la présentation de la compétence d'intimité existentielle (cf. §1.3). L'intervieweur (mais peut-il encore être appelé ainsi ?), ayant relâché le guidage, s'ouvre à sa propre sensibilité et à sa vulnérabilité, pour s'engager dans une interaction avec l'intention de suivre le fil de son vécu dans la rencontre et d'en témoigner d'instant en instant. L'asymétrie se réduit à la dimension du souci de l'un pour l'autre, l'intervieweur continuant à être là « pour l'interviewé » et non « pour lui-même ». Le caractère phénoménologique tient à ce que l'intérêt reste l'exploration par l'interviewé de son expérience vécue. Cette forme d'entretien requiert le développement d'une confiance et d'une familiarité mutuelles suffisantes entre les protagonistes et le désir de s'engager ensemble dans cette intimité expérientielle. Elle se rapproche de l'amitié phénoménologique (cf. §2.2) qu'elle pourrait rejoindre par le choix d'un souci mutuel qui effacerait l'asymétrie.

La seconde, l'*accompagnement phénoménologique relationnel* prolonge la précédente. Il consiste à s'engager dans une succession d'entretiens phénoménologiques dans lesquels un interviewé et un intervieweur se rencontrent pendant plusieurs séances, voire de nombreuses, chacun conservant son rôle. Cette inscription dans la durée et la régularité a plusieurs conséquences, dont la première est la possibilité d'émergence de préoccupations de la vie courante et de questionnements existentiels. Le souci durable de l'un pour l'autre, ouvre au déploiement d'enjeux affectifs et relationnels, limités dans les entretiens ponctuels où les rôles circulent entre les protagonistes. L'asymétrie durable soulève la question de l'absence de réciprocité et du rétablissement de l'équilibre : qu'est-ce que l'intervieweur y trouve ? Ce dispositif revêt une dimension d'accompagnement dans lequel la possibilité de recourir aux différentes formes d'entretiens précédents, appliqués à des expériences plus diversifiées vécues par l'interviewé, nécessite la définition d'un cadre et le développement d'une intelligence clinique par l'intervieweur.

Ainsi ce dispositif se rapproche fortement dans un accompagnement en gestalt-thérapie dont il se distingue encore par l'absence de détresse initiale de la part de l'interviewé et l'implication humaine de l'intervieweur dans l'interaction dès le début de ce dispositif qui limitent le développement des investissements.

3.3 Jonction avec les séances de gestalt-thérapie

Les différentes formes d'entretiens phénoménologiques se distinguent par l'implication croissante de l'intervieweur dans l'interview, la dimension de conscientisation est centrale alors que la dimension relationnelle est secondaire et n'apparaît que dans la dernière forme. Cependant, le travail de conscientisation est susceptible de mettre au jour des pans difficiles ou douloureux de l'expérience vécue, pouvant conduire l'interviewé à souhaiter recourir à d'autres moyens pour les mettre au travail.

En gestalt-thérapie, la dimension relationnelle est placée au centre du dispositif par plusieurs facteurs : l'appel à l'aide et l'espoir adressés par la personne au praticien, la prudence du second à

témoigner de son vécu et son silence sur sa vie privée qui exacerbent les investissements de la personne envers le praticien, et l'inscription de la démarche dans la durée. La mobilisation de la compétence de conscientisation n'étant qu'un possible de l'entretien et la personne ne disposant que rarement de la capacité à mobiliser d'elle-même son attention vers son vécu et étant accaparée par ses préoccupations, la dimension de conscientisation est, elle, secondaire. Toutefois, après un long cheminement peut parfois s'ouvrir la possibilité d'une intimité existentielle dans des moments sensibles de co-existence.

Ce continuum de pratiques entre l'EdE et la gestalt-thérapie ainsi que les transformations constatées lors de pratiques régulières d'entretiens phénoménologiques, que nous constatons aussi dans nos ateliers, soulève la question de la limite entre entretien phénoménologique et thérapie et celle des contours et des limites de cette dernière.

4 Bibliographie

- BALZANI Céline, MICOULAUD-FRANCHI Jean-Arthur, YUNEZ Norma, FAGOT Anna, MARIAUD Anne-Sophie, CHEN Chu Yin, MAURY-ROUAN Claire, MARTIN-SENTINELLI Maria-Laura, NAUDIN Jean, VION-DURY Jean (2013), *L'accès aux vécus pré-réflexifs. Quelles perspectives pour la médecine en général et la psychiatrie en particulier ?*, Revue Annales Médico-Psychologiques, Volume 171, Elsevier Masson.
- BRISAUD Frédéric (2007-a), *Pratique du réfléchissement de l'expérience en cours – Gestalt-thérapie et psychophénoménologie*, dans l'ouvrage *Construire des récits de psychothérapie*, The BookEdition.
- BRISAUD Frédéric (2007-b), *Vers une recherche en praxéologie de la gestalt-thérapie*, dans l'ouvrage *Construire des récits de psychothérapie*, The BookEdition.
- BRISAUD Frédéric (2016), *Éclairer l'existence et cultiver la croissance – Tome 1 : Pratique altruiste*, La Pensée Vagabonde.
- BRISAUD Frédéric (2025-a), *Accompagner l'être humain comme situation psychosociale dans sa complexité et son imprévisibilité – Vers la mise au jour d'un champ socioprofessionnel spécifique*, (Soumis à publication).
- BRISAUD Frédéric (2025-b), *Architecture de compétences et posture : présentation synthétique – 2^e cycle*, Document pédagogique de l'Institut Grefor.
- CAZEMAJOU Anne (2013), *L'explicitation, une technique d'entretien ? Ah, la bonne blague !!!*, dans la revue du GREX, Expliciter n°100, novembre 2013.
- Collectif (2022), *Les effets transformatifs de l'entretien d'explicitation : faire et se faire*, Revue TransFormations – Recherche en Éducation et Formation des Adultes, N°24.
- DEPRAZ Nathalie (2004), *Le tournant pratique de la phénoménologie*, Revue philosophique de la France et de l'étranger, vol. 129, n° 2, p. 149-165.
- DEPRAZ Nathalie (2014), *La phénoménologie pratique, une « autre » nouvelle phénoménologie*, dans l'ouvrage collectif dirigé par Christian Sommer, *Nouvelles phénoménologies en France*, Hermann.
- DEPRAZ Nathalie, VARELA Francisco J., VERMERSCH Pierre (2011), *À l'épreuve de l'expérience – Pour une pratique phénoménologique*, Zeta Books.
- MOUGIN Gaëlle, VION-DURY Jean (2015), *La rencontre explicitante comme compréhension existentielle*, revue PSN, vol. 13, n° 3.

- MOUGIN Gaëlle, VION-DURY Jean (2018), *L'entretien phénoménologique expérientiel de premier et de deuxième ordre : vers la découverte des » métamorphose expérientielles »*, hal-01591788.
- VERMERSCH Pierre (2019), *L'entretien d'explicitation*, ESF Sciences Humaines, Collection Psychologies & Psychothérapies.
- VION-DURY Jean, BALZANI Céline, MICOULAUD-FRANCHI Jean-Arthur, NAUDIN Jean (2013), *L'horizon de la phénoménologie expérientielle : les formes incandescentes de la présence humaine*, Revue de phénoménologie Alter, n°21, Novembre 2013.
- VION-DURY Jean, MOUGIN Gaëlle (2016), *Modalisations du champ conscientiel : une approche phénoménologique et morphodynamique*, revue PSN, vol. 14, n° 1.
- VION-DURY Jean, MOUGIN Gaëlle (2018), *L'exploration de l'expérience consciente : archéologie d'une démarche de recherche. Vers l'entretien phénoménologique expérientiel (EPE)*, Revue Chroniques phénoménologiques, hal-01937269.

Frédéric Brissaud est gestalt-thérapeute agréé par le CEG-t, superviseur, formateur et chercheur indépendant ; co-fondateur et co-directeur de l'Institut Grefor ; administrateur du CEG-t et de l'Affop.
