

Architecture de compétences et posture : présentation synthétique

Document pédagogique de 2^e cycle – Version : 31 octobre 2025

Équipe pédagogique de l'Institut Grefor – Frédéric Brissaud*

(*) Auteur : Ce texte présente succinctement la théorisation actuelle de la pratique constituant le fondement pédagogique de l'équipe de l'Institut Grefor. Certains aspects et certaines mises en mots pouvant différer d'un.e formateur.ice à l'autre, il importe de mentionner l'auteur du texte.

1 Introduction

Les pratiques de la gestalt-thérapie sont multiples en France et plus encore dans le monde. Elles témoignent de la richesse et de la diversité de l'humanité, tant côté thérapeute que côté patient. Il n'existe donc pas de « meilleure méthode », adaptée à toutes les personnes et mobilisable par tous les praticiens, dans toutes les situations, il existe la méthode que je choisis de mettre en œuvre, qui conviendra à certains patients et pas à d'autres.

Ce document est un résumé succinct de la théorisation actuelle de la pratique de gestalt-thérapeute transmise par l'Institut Grefor présentée comme un ensemble de compétences professionnelles-humaines-existentielles, de représentations et de valeurs. Elle décrit une pratique d'accompagnement de l'être humain appréhendé comme situation psychosociale, dont l'épaisseur, la complexité et l'imprévisibilité conduisent à faire le choix éthique de pratiquer en restant ouvert à l'inattendu. Les compétences sont mobilisées dans le cadre d'une relation patient-thérapeute asymétrique selon un ajustement permanent à la situation en cours, dans une démarche vivante, incarnée et sensible, abordant l'expérience vécue des protagonistes comme une co-construction de la situation présente.

2 Compétences humaines-existentielles-professionnelles

Les compétences mobilisées pendant la séance par la situation présente sont des compétences humaines et existentielles dont est doté tout être humain. Ces compétences sont travaillées, cultivées, pensées au fil d'un long processus de formation expérientielle et de mise au travail continue de la pratique en supervision pour pouvoir être mobilisées dans un service professionnel à autrui. Il s'agit donc de compétences à la fois humaines, existentielles et professionnelles.

2.1 Capacités transversales

Des capacités transversales sont mobilisées dans plusieurs compétences :

- *le dévoilement* : pouvoir identifier et nommer son vécu avec des visées variables selon la compétence mobilisée,
- *l'empathie*¹ : geste expérientiel consistant à tenter de se mettre à la place de l'autre, de reproduire intérieurement notre compréhension de l'expérience d'autrui, compréhension toujours incertaine et invérifiable,
- *la disposition humaniste-existentielle* : sensibilité aux thèmes existentiels (la liberté, la solitude, la finitude, le sens, la responsabilité, la dépendance, la mort...),
- *la réflexivité éthique* : capacité à mener une réflexion sur sa pratique en direct, dans le cours de l'effectuation de cette pratique,
- *la sécurité ontologique* : capacité à tolérer et traverser les expériences marécageuses, floues, inquiétantes, angoissantes de l'existence humaine,
- *l'intelligence clinique* : nous ne maîtrisons ni ne contrôlons pas tout, il y a toujours en nous une intelligence au travail qui dépasse notre conscience et tente d'appréhender la complexité.

¹ C'est une capacité psychologique et émotionnelle, un mode de connaissance et de compréhension, tandis que la sympathie est un partage émotionnel (antonyme : antipathie) : on n'éprouve pas de l'empathie, mais on peut faire preuve d'empathie.

2.2 Compétence de prise en compte de la situation psychosociale

La personne est inscrite dans des relations interpersonnelles et des affiliations sociales indispensables à son existence et son développement, lesquelles à la fois la soutiennent et la contraignent. Mettre au jour leurs enjeux, les dynamiques systémiques à l'œuvre, ouvrir des possibles, envisager des actions, peut contribuer à l'évolution de ses préoccupations, difficultés et souffrances et à transformer l'expérience que la personne fait du monde.

2.3 Compétence de contenu

Compétence d'accueil et écoute : C'est faire de la place à la personne en moi, me laisser affecter par cet autre, humain, singulier ; par son histoire et sa façon d'interagir avec moi ; écouter son récit, ses préoccupations, son expérience du monde, son existence en ma présence ; tenter de me mettre à sa place et de percevoir, éprouver, penser, ressentir le monde de son point de vue ; témoigner de mon vécu lorsque je pense que ce partage peut accompagner et soutenir l'expérience de la personne.

Compétence de travailler avec les préoccupations de la personne : Entendre l'urgence de changement de la personne, être ému par sa souffrance, se laisser affecter par son histoire et sa vie, se laisser mobiliser, scandaliser ; s'observer désirer des changements dans sa vie, dans ce qu'elle est, m'engager dans l'interaction animé par ces vécus sans pour autant décider d'un but à atteindre, sans juger du caractère souhaitable d'un changement.

Compétence de quotidienneté cultivée : Dans l'interaction en cours, faire place à la simplicité, à l'habituel, à la légèreté, à la convivialité, à l'humour, à la quotidienneté, au « pas clairement thérapeutique » ; assumer la manifestation spontanée de mon existence, cultivée par les années de travail personnel, de formation, de supervision, de réflexion, par mon choix de valeurs éthiques et le choix de me mettre au service d'autrui dans une posture non-finaliste.

2.4 Compétence de présence

Compétence de présence à la situation : *présence à soi* en train d'exister là d'instant en instant dans les différentes modalités de mon expérience, *présence à l'autre* en train d'exister là tout de suite en face de moi, en me détachant du contenu sans l'oublier, *présence à l'interaction* en train de se dérouler entre nous, à ses mouvements, ses dynamiques, *présence à l'environnement* immédiat et perceptible dans lequel nous baignons ensemble dans la situation présente.

Compétence de présence au cheminement : permettre à la personne de suivre le flux de son existence d'instant en instant dans la séance, sans intention que son vécu se modifie, être présent à ce qui se déploie, sans intervenir autrement que par le fait d'être là, se sentant engagé, de se tenir là, en face d'elle, ce qui nécessite d'avoir construit progressivement, au fil des entretiens, une confiance dans sa capacité à cheminer sans se sentir abandonnée par le silence du praticien.

2.5 Compétence de se prêter aux investissements du lien

Dès l'appel à l'aide de la personne, elle investit le praticien de rôles et de pouvoirs variés, sans en avoir conscience. Puis, tout au long de l'accompagnement, la succession de nos rencontres et la mise entre parenthèses des détails de ma vie favorisent le tissage de liens aux enjeux affectifs forts et peu conscients. Tolérer ces investissements, dans la limite de mon humanité, et travailler les accrocs dans le lien, les menaces de rupture, les élans et les espoirs constitue un des axes importants du travail relationnel.

2.6 Compétence d'engagement authentique vers la rencontre

Il s'agit de permettre à la personne de faire l'expérience d'une rencontre incarnée et authentique, l'expérience de l'altérité, hors des codes sociaux habituels. Cette compétence est mobilisée lorsque je décide de m'engager dans l'interaction à partir de mon humanité, de ma singularité, de ma sensibilité,

de ma vulnérabilité, de ma puissance dans un apparaître ajusté à la situation, alors que je pressens que ce faisant, je prends le risque du frottement, du rejet, de la surprise, du heurt, de l'étonnement.

2.7 Compétence de conscientisation par la personne de son vécu

Permettre à la personne de devenir progressivement plus consciente des différentes facettes de son expérience, de l'autre, de l'interaction, de la situation ; découvrir par elle-même, au sein de son propre vécu, des phénomènes jusqu'alors inaperçus, souvent répétitifs et sources d'impasses, dans sa façon d'être au monde, de rencontrer l'autre, de tisser des liens.

Contribuer à la prise de conscience par la personne de pans de son expérience jusqu'alors non conscients se décline selon différentes temporalités : conscientiser son *vécu en cours*, à l'occasion de la situation présente ; conscientiser un *vécu passé*, à l'occasion de la remémoration d'une situation antérieure ; conscientiser son *vécu d'une situation future ou imaginaire*, à l'occasion d'une « expérience de vécu », extension à l'ensemble des modalités du vécu d'une « expérience de pensée ».

2.8 Compétence de mise en œuvre d'une expérimentation

Proposer à la personne de s'engager dans un dispositif expérimental, dans l'expérience qui s'y déploie en direct, plutôt que de discourir « au sujet de », en appuyant ce dispositif à la situation évoquée par la personne ou à la situation présente. Cette proposition peut être implicite et informelle, inscrite dans le cours du dialogue, ou explicite et plus structurée avec la mise en place d'un dispositif spécifique construit dans la situation en fonction des enjeux en cours.

2.9 Compétence de mobilisation du cadre

Le cadre professionnel, proposé et validé ensemble pour organiser le déroulement de notre collaboration, fixe les conditions explicites du travail. Ces bords, à la fois contenant, sécurisants et confrontants, sont portés et tenus dans l'intention de les utiliser dans le travail avec la personne et dans son cheminement en explorant les enjeux et les impacts dont ils sont l'occasion, en éprouvant leurs effets, en dépassant la dialectique policière opposant obéir-rester/enfreindre-partir.

2.10 Compétence d'intimité existentielle dans une co-existence sensible

La personne ayant développé une capacité de conscience de son vécu présent, en cours d'instant en instant, une attention à l'autre, à notre interaction, ainsi qu'une capacité à exister en sa présence, ses préoccupations s'étant apaisées avec le temps et le travail, s'ouvre alors la possibilité de vivre une facette cachée et méconnue de la rencontre : s'aventurer dans l'imprévisible de notre coexistence sensible, d'instant en instant, en accueillant, en vivant et en explorant ensemble son déploiement.

3 Représentations essentielles de la situation clinique et posture

3.1 Épaisseur, complexité et imprévisibilité

L'être humain est habituellement regardé comme un individu, idéalement autonome, seul responsable sa vie, de ses réussites comme de ses échecs. La souffrance psychique est alors considérée comme un dysfonctionnement personnel, appelant un traitement de la personne, sa réparation ou son perfectionnement. Cette logique, issue d'une conception individualiste de l'humain, tend à négliger les liens interpersonnels et les affiliations sociales, indispensables à son existence, qui l'inscrivent dans une **dépendance aux autres**, faisant de la **vulnérabilité** une condition inhérente à son humanité.

Considérer la personne comme une **situation psychosociale**, faite d'intrications constantes entre dimensions **individuelle-existentielle, relationnelle et sociale** reconnaît l'**épaisseur**, la **complexité** et l'**imprévisibilité** de l'existence humaine, et ouvre à une posture d'accompagnement profondément spécifique de la souffrance.

La personne est toujours **en mouvement**, pétrie et renouvelée par des transformations tant internes, que relationnelles et sociales, par des ruptures, des ajustements, des reconfigurations. Ces dynamiques sont **impossibles à anticiper** dans leur nature, leur intensité ou leur temporalité, tout autant que leurs effets, en cascades et rétroactifs. Ainsi, le professionnel ne peut ni prédire le chemin ni savoir où il conduira. **Renoncer à savoir à la place de l'autre**, accepter de **ne pas comprendre totalement**, et rester **ouvert à l'inattendu** en **renonçant à fixer un objectif** est alors une posture possible, une posture lucide et légitime pour **prendre soin de la complexité** de ce que vit la personne.

3.2 Culture professionnelle de la sensibilité, de la vulnérabilité et du conflit

L'accompagnement s'incarne alors dans une posture **éthique** et **humaine**, fondée sur la prudence et le respect de la souveraineté de la personne. L'expertise du professionnel ne réside pas dans la maîtrise de la situation ni du changement, mais dans sa capacité à **accueillir la souffrance**, **soutenir l'incertitude**, **accompagner sans diriger**, et **participer à un cheminement**, qui s'invente et se découvre pas à pas avec la personne. Cet accompagnement s'inscrit dans une culture professionnelle :

- de la complexité, de l'incertitude, du doute actif,
- de la sensibilité, de la vulnérabilité, de l'humilité,
- de la coaffectation, du « faire avec l'autre », de l'interdépendance,
- de la reconnaissance de la valeur du désaccord, du conflit, de la singularité,
- de l'angoisse, du désir, de la peur, de l'élan et de la souffrance comme dimensions constitutives de 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 d'emprise et de manipulation, toujours possibles,
- de reconnaissance de la valeur de la méthode scientifique et de ses résultats, l'expérience personnelle étant un possible, jamais une preuve.

3.3 Huit obligations de moyens

Huit obligations de moyens sont indispensables à l'exercice de cette activité professionnelle :

- Une expérience de vie diversifiée.
- Un travail sur soi-même approfondi auprès d'un tiers.
- Une formation professionnelle expérientielle longue à la pratique de la gestalt-thérapie.
- La supervision régulière de l'exercice professionnel.
- L'adhésion volontaire à une organisation professionnelle engageant déontologiquement le professionnel au regard d'un code de déontologie tout au long de sa pratique professionnelle.
- Un perfectionnement professionnel continu tout au long de sa pratique professionnelle permettant de l'approfondir et d'y intégrer les évolutions sociétales.
- Après un premier temps de pratique professionnelle, la reconnaissance de la professionnalité par un dispositif de pairs dans le cadre d'une organisation professionnelle.
- La contribution active au fonctionnement des organisations professionnelles de praticiens qui réglementent, de façon responsable, la liberté de pratique de ce champ professionnel.

3.4 Une pratique, ni meilleure, ni moins bonne qu'une autre

Cette forme d'accompagnement est une pratique parmi d'autres. Certaines des personnes qui y recourent trouvent un intérêt à poursuivre l'expérience de cette forme de travail relationnel et cheminent pour un temps avec le praticien, d'autres renoncent ou peuvent être déçues... comme dans toute autre démarche.

o - o - o - o