Marie-Line Robinet a une longue expérience comme conseillère dans le service public de l'emploi français (Anpe et Pôle Emploi). Tout en travaillant, elle a repris des études de master en psychologie du travail et des transitions à l'Institut d'études sur le travail et l'orientation professionnelle (Inetop) au Conservatoire National des Arts et Métiers (Cnam) à Paris. Elle est actuellement attachée temporaire d'enseignement et de recherche, tout en terminant sa thèse de doctorat sous la direction de la professeure Valérie Cohen-Scali.

Rôle des dialogues lors d'entretiens constructivistes en orientation

MARIE-LINE ROBINET



Attachée d'enseignement et de recherche

Conservatoire National des Arts et Métiers de Paris, Centre de recherche sur le travail et le développement

Résumé

Cet article présente les résultats d'une recherche visant à décrire et comprendre la forme que peut prendre la réflexion – voire la réflexivité – de la personne qui consulte ou se fait accompagner lors d'une transition. Quels sont les processus psychologiques en jeu pendant l'entretien ? Comment le changement se produit-il chez la personne ? Comment se construit le projet, ou se réorganise l'identité ? Pour cela, nous avons mené, avec une personne volontaire, une série d'entretiens d'orientation sur le modèle proposé par Guichard (2008). Les entretiens, retranscrits, ont fait l'objet d'une analyse par « théorisation ancrée » (Paillé, 1994) visant à montrer comment le sens subjectif du consultant sur sa propre situation se construit et évolue au cours des entretiens et du récit qu'il fait de sa situation. L'analyse fait apparaître deux catégories de résultats. D'une part nous montrons la forme que prend la réflexion sur deux de ses activités : l'évolution de la réflexion sur ces activités, leur opposition, leur complémentarité et les liens que se construisent entre elles dans le discours et la pensée du consultant. Parallèlement, différents niveaux de dialogues viennent soutenir la réflexion du consultant sur lui-même, montrant le rôle des entrelacements dialogiques dans la construction d'une voix propre.

Mots-clés

entretien d'orientation, construction de soi, dialogisme

Introduction

Dans un contexte de mondialisation de l'économie, le développement de tous les dispositifs d'accompagnement des transitions ou d'accompagnement vers l'emploi, s'est considérablement accéléré : conseil psychologique, professionnel, éducatif, d'orientation. Le travail, ou son absence, devient alors un enjeu identitaire pour les personnes dans un contexte économique de compétitivité (recherche de l'excellence) et de précarité (augmentation des contrats précaires et donc des transitions professionnelles et du chômage). Les professionnels du conseil, de l'orientation et de l'insertion reçoivent leurs clients en entretien individuel ou en groupe pour les aider à changer d'emploi, à trouver une place dans la société, à faire le deuil de leur dernier emploi ou s'adapter à un nouveau travail, à faire des projets et/ou à les réaliser. Dans leur pratique, les conseillers d'orientation, d'insertion ou psychologues constatent régulièrement que leurs entretiens ont un effet positif sur leurs clients, qui se sentent plus sûrs d'eux, deviennent plus actifs, et commencent à envisager positivement l'avenir ou à imaginer des projets. Mais peu d'entre eux savent pourquoi ces changements arrivent, ni quels sont les processus psychologiques en jeu dans les entretiens qui permettent d'obtenir de tels résultats.

De nombreuses études s'intéressent aux effets des entretiens sur les bénéficiaires. Généralement, les analyses se focalisent sur des indicateurs de retour à l'emploi (Guénolé, Bernaud, Desrumaux et Di Fabio, 2015) alors que les actions mises en œuvre influent également sur les caractéristiques psychologiques des bénéficiaires (Roques, 2008). Guénolé, Bernaud et Guilbert (2012) montrent que l'accompagnement des chômeurs produit des résultats globalement positifs sur différentes variables comme l'indécision vocationnelle, l'estime de soi ou la détresse psychologique. Une revue des différentes recherches sur le bilan de compétence (Gaudron et Croity-Belz, 2005) recense les processus étudiés. Les auteurs concluent « les recherches empiriques les plus nombreuses portent sur les effets » et décrivent l'impact de la démarche sur différentes variables psychologiques comme l'estime de soi, le sentiment d'efficacité personnelle, le pouvoir d'agir (l'agentivité), le locus de contrôle, la connaissance de soi et de son rapport au travail.

Les pratiques d'entretien d'aide ont fait l'objet d'un certain nombre de recherches et ont déterminé les attitudes favorables (Rogers, 1998), les postures aidantes (Lhotellier, 2000) ou les techniques de communication (reflets, reformulations, écho…) susceptibles de provoquer le changement chez la personne qui vient consulter (le consultant). Massoudi, Masdonati, Clot-Siegrist, Franz et Rossier (2008) ont mis en évidence les effets de l'alliance de travail (voir aussi Perdrix, 2013) au succès du conseil en orientation. Mais, à notre connaissance, rares sont les recherches qui tentent, comme celle-ci, de décrire les processus psychologiques pendant l'entretien. Comment le changement se produit-il ? Quelle forme prend la réflexion – voire la réflexivité – de la personne qui consulte ou se fait accompagner ? La recherche présentée ici porte sur ce qui se passe chez le consultant lorsqu'il répond aux questions et raconte ses souvenirs. Quels sont les processus qui entraînent la prise de conscience, et conduisent à la construction du sens de son parcours ? Qu'est-ce qui se joue dans l'interaction ? Comment la parole transforme-t-elle la perception que le sujet a de lui-même, de sa situation ?

Cette étude tente d'expliquer les réorganisations identitaires provoquées

par les interactions, ou intervenant pendant les entretiens d'orientation, et de décrire les processus réflexifs qui les accompagnent. Les entretiens y sont envisagés du point de vue du constructivisme social dans sa déclinaison développée par Guichard (2008) d'une part, et d'une adaptation de la conception de l'identité narrative et discursive de Jacques (1982) d'autre part.

Cadre théorique

Pour les théories constructivistes, les êtres humains se distinguent fondamentalement des animaux par leur capacité à manipuler des symboles, et surtout le langage (Mead, 1934/2006). Les individus agissent sur les situations, évènements, personnes, objets, etc., en fonction des significations qu'ils leur donnent. Celles-ci trouvent leur origine et se développent à l'occasion d'interprétations élaborées par la personne lors de ses interactions (y compris les conversations avec elle-même). La conception constructiviste, sans nier qu'il existe une réalité extérieure à l'observateur, s'appuie sur l'idée qu'elle ne peut être connue directement; elle n'est accessible qu'à travers les processus cognitifs individuels qui sont modifiés lors des interactions sociales (Collin et Guichard, 2011). Pendant une interaction, comme l'entretien de conseil, le langage rend la subjectivité individuelle « plus réelle », non seulement aux yeux de celui qui écoute, mais aussi aux yeux de celui qui parle. En « tant que système de signe, le langage possède la qualité d'objectivité » (Berger et Luckmann, 1966/2008, p.95), c'est-à-dire la capacité de rendre objective la subjectivité de l'individu.

Dans cette optique, **le soi**, l'identité, n'est pas quelque chose que l'individu possède, unique et décontextualisé, une entité relativement stable (Collin et Guichard, 2011). C'est plutôt un système complexe que chacun construit par une narration, une histoire perpétuellement réécrite qui en assure la cohérence et la continuité. Le récit biographique que l'individu fait de son histoire lui permet de dessiner un sens à sa vie en l'aidant à développer la réflexivité sur soi.

L'entretien d'aide ou d'accompagnement, en tant qu'espace d'interaction sociale, est un lieu privilégié permettant d'interpréter son parcours ou ses activités, et de développer le sens – ou la signification – de ses actions, interactions, et des évènements que l'individu a vécus. La priorité est donnée au discours plutôt qu'aux différents instruments psychotechniques, ainsi qu'au regard subjectif du client sur lui-même. Celui-ci, en expliquant son parcours, ses difficultés au conseiller ou à la conseillère, s'en explique les motifs à lui-même et interprète sa situation et son projet en leur donnant un certain sens.

Dans ce cadre théorique, le modèle d'entretien de conseil en orientation que propose Guichard (2004) privilégie les interactions entre la personne qui s'oriente et le professionnel via la médiation du discours (Boutinet et Helson, 2010).

Pour résumer la proposition de Guichard, nous dirons que la société propose aux individus une « offre identitaire » (Dubar, 1992, 2015), c'est-à-dire des catégories sociales – par exemple un nom de métier – dans lesquelles chacun classe autrui et lui-même. Ces catégories, ou cadres identitaires sont le fondement cognitif de la représentation d'autrui, et de la représentation et de la construction de soi dans certaines formes identitaires subjectives (FIS). Une FIS est un ensemble de manières d'être, d'agir et d'interagir en lien avec une certaine représentation de soi dans un certain contexte : chacun a différentes façons de se comporter ou de se percevoir et d'appréhender les autres lorsqu'il est en train de travailler, ou lorsqu'il joue un rôle de parent avec ses enfants, ou d'enfant de ses parents. Cela signifie que l'identité personnelle est constituée d'un certain nombre de FIS, certaines plus prégnantes, comme souvent les identités professionnelles chez les adultes ou d'élève chez les plus jeunes, d'autres moins essentielles pour la personne. Les FIS peuvent correspondre à des expériences présentes de l'individu, à des expériences passées continuant à marquer le présent (moi, enfant de mes parents, élève à l'école… par exemple), ou à certaines anticipations de soi ou à certaines craintes. Les FIS sont organisées en un système articulé et dynamique. Celui-ci correspond au récit par lequel l'individu donne une certaine cohérence à son expérience en ordonnant les éléments les plus en rapport avec ses attentes ou intentions futures. Ce système de formes identitaires subjectives, est constitutif de la subjectivité – ou l'identité – de l'individu.

Pour Jacques (1982), la subjectivité, l'identité personnelle doit être pensée à partir de la communication interpersonnelle. Historiquement, avant d'exister pour lui-même, l'enfant existe pour et par ses parents, leurs dires (et non-dit). Avant l'acquisition du langage, avant même sa naissance, l'enfant est un « il » ou « elle » (ou « ça ») dans la bouche des autres. Ce n'est qu'avec le langage que l'enfant apprend à dire « je » à un autre. En s'adressant à l'autre, chacun accepte que celui-ci prenne la parole et devienne « je » à son tour. Le « je » et le « tu » sont indissociables et interchangeables. Parler à quelqu'un, c'est accueillir l'interpellation d'autrui qui dit « tu » sous peine de ne pas être « je ».

Pour Jacques (1982), la construction d'une identité personnelle nécessite que l'individu, dans l'ensemble de ses communications, parvienne à intégrer les trois pôles d'un acte de communication : « soit que je parle aux autres en pouvant dire "moi", soit que les autres me parlent comme à un "toi", soit enfin qu'ils parlent de moi comme d'un "lui" [ou «elle»] que je puisse sinon agréer, du moins reconnaître (car l'homme a besoin d'être reconnu dans ce qu'il fait mais sans doute d'abord dans ce qu'il dit) » (p.51).

Précisons que communiquer, n'est pas, pour Jacques (1982), transmettre une information d'un émetteur à un récepteur : lors de la communication, les deux interlocuteurs définissent et précisent progressivement ce dont ils parlent (la référence). Communiquer, c'est élaborer conjointement le sens et la référence d'un discours commun. Ainsi, c'est dans

la relation entre les interlocuteurs que se développe la connaissance du monde, et de chacun d'eux. La parole ou la pensée ne sont pas des choses que l'on peut faire seul, elles n'existent que dans l'entre-deux de la relation interlocutive (p.189). Et enfin, sur ce point Jacques (1982) rejoint Vygotski (1934/1997) ; nous pensons dans le langage dans lequel nous communiquons. Dans cette perspective, il n'y a pas de conscience de soi sans communication avec soi, et avec d'autres, réels ou imaginaires.

Dans cette étude, nous envisageons l'entretien de conseil comme une communication interlocutive pendant laquelle la personne qui consulte intègre les trois pôles de la communication : elle est « je » qui évoque ses FIS, « tu » à qui s'adresse la conseillère, et le « lui » dont il est question, la référence du discours dont le sens est progressivement et conjointement défini et précisé, mais aussi un « il » dont les autres parlent. À partir de tels fondements théoriques, nous avons mené des entretiens sur le modèle de Guichard (2006).

Méthodologie

Pour la recherche présentée ici, nous avons mené une série d'entretiens d'orientation sur le modèle proposé par Guichard (2008) avec un volontaire. Ces entretiens sont destinés à des personnes qui s'interrogent sur leur orientation ou qui désirent juste faire un point sur l'avenir professionnel dans lequel ils pourraient s'engager. Ils visent à aider les personnes dans leur construction de soi par la définition de perspectives – pas nécessairement d'ordre professionnel – donnant sens à leur vie. La méthode utilise essentiellement la parole. La présentation suivante décrit la logique sous-jacente que le conseiller doit avoir à l'esprit, mais la forme effective varie en fonction des interlocuteurs en présence.

Nous présentons ici rapidement les phases de l'entretien telles qu'elles sont décrites par Guichard, Bangali, Cohen-Scali, Pouyaud et Robinet (2017), et qui nous ont guidé lors de nos interactions de conseil.

Ces entretiens, qui s'étalent sur plusieurs séances, se décomposent en cinq étapes :

1. Construire l'alliance de travail, c'est-à-dire contractualiser un accord sur l'objectif de l'entretien, les moyens à mettre en œuvre pour atteindre cet objectif, et amorce d'une relation, d'un lien entre les deux interlocuteurs.
2. Exploration du système de FIS afin de permettre à la personne de prendre conscience des grands domaines constitutifs de sa vie actuelle, des périodes importantes de son passé et de ses projets ou intentions d'avenir.
3. Mise à jour du système de formes identitaires subjectives (FIS). Il s'agit d'aider le consultant à analyser de façon approfondie ses expériences de vie importantes et à prendre conscience des relations entre elles, en vue de repérer des attentes d'avenir fondamentales que ces analyses et mises en relation permettent de faire émerger. C'est lors de cette phase que se déterminent, ou se confirment, les anticipations auxquelles la personne tient.
4. La mise en œuvre du projet. Il s'agit là de faire le point sur les projets de vie dans lesquels la personne souhaite s'engager, de l'aider à préciser ce qu'elle doit faire pour les mettre en œuvre.
5. Et enfin, clore l'interaction en vérifiant que l'objectif de départ est bien atteint.

Ces entretiens, qui durent plusieurs séances ont été menés avec un consultant. Ils ont été enregistrés et retranscrits pour l'analyse.

Considérations méthodologiques

Dans un article de synthèse sur le bilan de compétence, Bernaud (2012) regrette que « les recherches impliquant l'observation de changements vocationnels s'appuient en très grande majorité sur des protocoles quantitatifs » et entrevoit un consensus pour un rapprochement entre les démarches qualitatives et quantitatives. La question qui guide cette recherche et l'épistémologie sur laquelle elle se fonde nous ont amené à envisager une méthode d'analyse qualitative qui parte des faits tels qu'ils se donnaient à voir. On distingue habituellement deux grandes méthodes de recherche, la méthode hypothético-déductive et la méthode empirico-inductive, moins courante.

> « Induction et déduction désignent deux procédures de raisonnement. L'induction correspond à un processus qui permet de passer du particulier (faits observés) […] au général […] (une connaissance générale). La déduction correspond au processus presque inverse qui permet de conclure une affirmation à partir d'hypothèses, de prémisses ou d'un cadre théorique : les conclusions résultent formellement de ces prémisses ou de cette théorie. » (Olivier, 2010).

Nous avons choisi une « analyse par théorisation ancrée » (Paillé, 1994) qui est une adaptation de la *grounded theory* de Glaser et Strauss (1967/2010). Cette méthode consiste à observer le réel pour en tirer, par induction, les lois qui le régissent. Le travail du chercheur repose d'abord sur la description, puis l'analyse des données, mais sa mission vise l'abstraction, c'est-à-dire construire des théories à partir de l'observation de données et de situation de terrain (Paillé et Mucchielli, 2012). Cette méthode implique une répétition d'observations et/ou d'expérimentations.

Nous présentons deux catégories de résultats : les observations des retranscriptions montrent d'une part les modalités que peuvent prendre les réorganisations identitaires pendant l'entretien, et d'autre part, de quelle façon différentes communications viennent soutenir le processus de réflexion sur soi du consultant pendant l'entretien. Parallèlement au dialogue avec la conseillère, le consultant entretient un dialogue avec un soi passé (« *je me suis dit…* »), avec lui-même (« *en fait, je me rends compte…* », « *je ne sais pas pourquoi…* »), ou fait référence

à des communications antérieures qui continuent à résonner…

Au moment des entretiens, Joël (le nom est modifié) avait 28 ans, il était un ingénieur en informatique depuis environ cinq ans. Lorsqu'il s'est présenté pour une prestation d'orientation, il venait de négocier son départ de l'entreprise dans laquelle il travaillait. Il envisageait, sans être bien sûr, une reconversion comme professeur d'aïkido. Lors des entretiens, l'activité aïkido, qui était la FIS la plus prégnante après le travail, a fait l'objet d'une analyse approfondie. Nous allons tenter de montrer l'évolution de son point de vue sur cette activité pendant l'entretien à travers une sélection de retranscriptions.

Résultats

Nous présentons ici deux observations sur les processus de changement pendant l'entretien. La première examine la forme que prend la réorganisation de deux formes identitaires subjectives, la seconde introduit une réflexion sur la dimension dialogique de la réflexion sur soi. Les extraits illustrant ces observations sont présentés dans le tableau joint.

La réorganisation du système de formes identitaires subjectives

L'exemple présenté ici, montre comment l'entretien permet une délibération entre différentes sphères de vie, entre plusieurs formes identitaires subjectives (Guichard, 2004, 2008) afin d'aboutir à une décision en accord avec les aspirations profondes de la personne. Nous synthétiserons la démarche à travers l'évolution du regard de Joël sur deux de ses activités. Le processus sera présenté ici en quatre phases.

1. Première phase : l'aïkido est l'activité principale

Dans un premier temps, Joël explique combien l'aïkido est essentiel à ses yeux. C'est une activité qui occupe tous ses loisirs (*j'en faisais quatre à cinq fois par semaine*). Cette activité a été profondément chamboulée lorsque le professeur a décidé de tout arrêter pour partir faire le tour du monde. Avec des amis, il a tenté de maintenir le club, mais sans trouver la *dynamique* qu'il espérait.

2. Deuxième phase : la danse remplace l'aïkido et devient centrale

Joël raconte qu'il a alors cherché d'autres cours d'aïkido, mais sans y retrouver le plaisir et l'intérêt qu'il ressentait précédemment. Il a décidé de *remplacer l'aïkido* et de s'engager *à fond* dans une autre activité, la danse, qui devient l'activité principale bien qu'il présente toujours la danse en parallèle avec l'aïkido.

3. Troisième phase : mais l'aïkido reste essentiel (*vraiment là*)

L'entretien se poursuit, et la réflexion de Joël parvient à une phase de délibération. Après avoir présenté l'aïkido comme l'activité la plus importante à ses yeux, l'avoir ensuite remplacé par la danse, il revient à l'aïkido qui reprend de l'importance. Il se demande pourquoi il avait « *laissé tomber* ». Il évoque des discussions avec des tiers, revient sur des expériences positives… Joël se *rend* des *comptes*.

4. Quatrième phase : fusion de sa perception des deux activités

Après ces délibérations, Joël fait la part de ce qu'il faut qu'il « *laisse tomber* » et ce qu'il faut qu'il *garde* de la danse. Finalement, il trouve des liens entre ces deux activités, et les façons dont il les conçoit, les vit, les ressent et s'y sent.

Cet exemple illustre la forme que peut prendre la réflexion d'une personne lors d'un entretien d'orientation. Rappelons qu'une FIS est « un ensemble de manières d'être, d'agir et d'interagir en lien avec une certaine représentation de soi dans un certain contexte » (Guichard, 2008). Ainsi, lorsque Joël évoque ses activités, de son point de vue personnel, il mentionne ses propres façons d'être, réveille ses sensations, décrit ses relations avec les autres dans chacune des activités. La présentation qu'il en fait au conseiller ou à la conseillère lui permet de se re-présenter d'un nouveau point de vue, de construire des liens entre ses activités, ou plus particulièrement entre ses propres façons d'être, d'agir et d'interagir, c'est-à-dire entre ses FIS. On voit aussi dans cet exemple entre l'aïkido et la danse que les FIS fonctionnent en système articulé. La prégnance d'une forme identitaire entraîne le recul d'une autre, voire l'intégration de l'une (la danse) dans l'autre (l'aïkido), comme dans l'exemple de Joël. Ce système des formes identitaires subjectives correspond au récit par lequel l'individu donne une certaine cohérence à son expérience. L'entretien permet au consultant qui raconte ses activités au conseiller de repérer ses FIS, de les analyser et ouvre la possibilité d'une délibération sur celles qui sont pour lui plus prégnantes et celles auxquelles il souhaite donner moins d'importance.

La dimension dialogique de la réflexion

La réflexion du consultant n'est pas un soliloque, elle doit être adressée à un conseiller ou une conseillère qui fait preuve d'une écoute authentique. C'est dans cette condition que s'élabore conjointent un sens nouveau (Jacques, 1982). Mais l'entretien d'orientation, comme toute forme de conversation ou d'entretien, « est un lieu de cristallisation de dialogues avec toutes sortes d'autres personnes qui ne sont pas présentes mais auxquelles [les interlocuteurs] peuvent se référer ou dont ils peuvent invoquer les discours plus ou moins explicitement » (Salazar-Orvig et Grossen, 2008). Tous ces dialogues présents, passés, et dans certains cas futurs (imaginés) viennent soutenir la délibération sur soi. « C'est qu'autrui est si présent dans la structure du moi qu'il exige de toute pensée la forme dialoguée. La conscience de soi n'est possible que par le détour de l'autre. Entre moi et moi l'intermédiaire est un autre réel. » (Jacques, 1982, p.233). « Que ce soit la mienne ou celle de l'autre, la voix propre n'est pas une donnée simple ; elle ne peut être atteinte que par soustraction et après dés-implication de compromis où elle est nouée à la voix d'autrui. » De nombreux passages de l'entretien avec Joël

peuvent confirmer cette thèse. Nous vous présentons dans le tableau un extrait qui nous a paru l'illustrer de façon significative.

Conclusion

Cette recherche, dont nous présentons les premiers résultats, est une recherche exploratoire. Elle porte sur les processus qui, dans une pratique de conseil en orientation professionnelle, peuvent permettre une véritable restructuration identitaire ouvrant sur la construction d'un projet professionnel. Nous avons montré quelques exemples de la façon dont, pendant un entretien, la personne élabore un discours sur elle-même, qui l'amène à sélectionner les éléments les plus en rapport avec ses désirs. Les liens qu'elle construit – dans le discours – donnent un sens aux activités qui lui semblent essentielles au moment de l'énonciation, et qui deviennent signifiantes pour la construction d'un projet (Pouyaud, Bangali, Cohen-Scali, Robinet et Guichard, 2016). En deuxième lieu, cette étude illustre comment des échanges antérieurs avec autrui viennent soutenir le dialogue actuel de l'entretien de conseil. L'hypothèse générale est que c'est par cette circulation dialogique que le consultant en arrive à un discours qui prend sens pour lui et qu'il assume pleinement comme le sien.

Les processus exposés dans cette recherche ne concernent, pour le moment, que cet entretien avec ce consultant particulier. Ils demanderaient à être vérifiés avec d'autres consultants, d'autres conseillers et dans d'autres circonstances. Ainsi nous pourrions peut-être généraliser les modalités de la réflexion sur soi, voire repérer les différences selon les types d'individus, leurs compétences linguistiques ou communicatives.

Extraits de l'entretien

1ère étape **L'aïkido, activité centrale**

… L'aïkido j'en faisais quatre à cinq fois par semaine. Euh, avec dans la tête l'idée de, d'enseigner l'aïkido après. Et puis, donc en fait le club où j'étais a fermé à, à ce moment-là, suite à une décision du prof. […] Voilà et bon, donc, on a, avec quelques amis du club, on a monté une asso pour continuer à faire vivre la dynamique. Et donc on l'a faite il y a deux ans. Il y a eu une première année où on pratiquait aux beaux jours dans un parc […]. Heu, et puis cette année on a trouvé une salle, on fait une séance par semaine et on a trouvé la salle un peu tard, on n'a pas énormément démarché, donc il y a pas beaucoup de monde, la dynamique est encore un peu, euh, poussive et à ses balbutiements […]. Donc ça c'est aujourd'hui l'aïkido.

2ème étape **La danse remplace l'aïkido et devient l'activité centrale**

… Ensuite quand le club a fermé, ***je me suis dit « c'est bon je peux faire sans »,*** *et donc j'ai commencé à aller pratiquer dans un autre club qui m'a pas plu parce que c'était pas du tout le même état d'esprit que mon ancien club. Donc j'ai arrêté. Et puis j'ai commencé à faire de la danse. […] Et puis ça m'a bien plu parce que c'était de la danse contact, contact-improvisation, et il y avait un aspect, euh, il y a eu des choses que je retrouvais qui faisaient vraiment parallèle avec l'aïkido […]. Et donc ça m'a bien nourri pendant six mois jusqu'à la fin de l'année scolaire. Et puis là, à la rentrée dernière, la rentrée scolaire, j'ai décidé de commencer, enfin on savait pas encore si on allait avoir une salle d'aïkido, et donc j'ai, je me suis lancé à corps perdu dans la danse donc, heu, j'en faisais deux, trois fois par semaine, deux soirs plus des stages le week-end. Enfin je m'y suis investi comme je m'investissais dans l'aïkido. […] Enfin j'avais… Pour moi c'était un peu « bon, c'est bon, j'ai trouvé ce qui va remplacer l'aïkido ».*

3ème étape **Retour de l'aïkido (qui n'avait pas disparu)**

Oui, enfin ça fait des tours et des détours. Donc, je me suis engagé à fond dans la danse et puis, euh, et puis ***en fait je me rends compte*** *que c'était peut-être une façon de, enfin voilà, de me dire que je pouvais me passer de l'aïkido à cause de, je pense que…*
[…] En fait euh, ***j'ai discuté avec une amie ce week-end*** *et* ***je me rends compte*** *que, enfin, ouais, ouais… Et puis, enfin, hier on a pratiqué et c'était génial ! J'ai retrouvé des super sensations ! Et euh, ouais en fait, en fait c'est toujours vraiment là, et* ***je sais pas pourquoi*** *je, enfin pendant deux ans j'ai complètement laissé tomber.*

4ème étape **Fusion des FIS**

Enfin, ben, le week-end dernier j'ai fait un, c'était la conclusion d'un stage qui se terminait sur un spectacle. C'est l'expérience, une des expériences de danse des meilleures que j'ai eues cette année. C'était vraiment super ! Donc, ***je pense, enfin bref, il faut peut-être pas que je rejette la danse en bloc non plus.*** *Parce que j'ai, enfin j'étais parti là-dessus il y a pas très longtemps que* ***je me suis dit « je sais pas pourquoi je me suis embarqué là-dedans »*** *avec la sensation d'essayer de pénétrer un monde un peu étranger à, parce que, un monde plus, de, plus du domaine artistique alors que l'aïkido tomberait plus du côté domaine sportif même si pour moi c'est plus que ça mais…*
[…] Et puis bon, en fait, il y a des choses, je pense qu'il faut que je laisse tomber en danse, que j'ai fait cette année que, bon qui étaient intéressantes mais qui m'apportent pas spécialement. Mais il y a d'autres, je pense qu'il faut que je garde parce que, c'est des bonnes expériences aussi quoi. ***Et puis, j'aime bien ce lien danse et aïkido. L'aïkido comme je pratique je vois ça presque comme une danse.***

La dimension dialogique de la réflexion sur soi

En en discutant ce week-end avec une amie ***elle m'a dit « mais tu abandonnes ton idée de l'aïkido ? ».*** ***Je lui dis « ben, ouais »,*** *enfin ma réponse c'était* ***« ce sera trop compliqué de, de gagner de quoi vivre avec ça »,*** *et* ***elle a dit****, parce que je lui parlais d'une envie que j'ai un peu en sommeil […] d'être instit.* ***Et elle me disait « mais peut-être si tu fais ça tu auras juste fait un premier pas vers une amélioration mais sans, sans trouver LE vrai truc, ton désir profond et dans cinq ans ça va recommencer ».*** *Enfin du coup, ça m'a un peu chamboulé* ***et je me suis dit « ouais, ben ouais l'aïkido ».***

Références bibliographiques page 65