

Accompagner aux antipodes... géographiques, culturels, sémantiques et cognitifs ! "Aller plus loin" en thérapie transculturelle avec la créativité symbolique.

Isabelle Gillet¹

Résumé :

Parmi une patientèle de personnes atypiques et à parcours nomades, Isabelle Gillet a observé une similarité de problématiques, peut-être de phénomènes, entre l'étrangeté à soi-même et l'étrangeté à autrui, l'acquisition de compétences hybrides résultant d'un apprentissage par imprégnation, une **articulation entre diversité cognitive et diversité culturelle**. Elle postule l'existence d'une forme d'ouverture d'esprit mosaïque, globe trotteuse et systémique, qu'elle désigne sous le nom de **"intelligence transculturelle", dépassant les concepts classiques d'intelligence culturelle ou interculturelle**, qui serait le propre des personnes chez lesquelles se jouent à la fois un processus de métissage culturel et un fonctionnement à haut potentiel, renforçant mutuellement leurs effets sur les pensées, émotions et comportements. Dans cet article, elle étudie **la posture de Décentration et les outils de Créativité symbolique** à partir desquels le thérapeute peut aider l'intelligence transculturelle du patient à se redéployer lorsqu'elle semble "en panne", lorsque celui-ci ne parvient plus à trouver le chemin d'accès vers les ressources psychiques qui maintenaient jusqu'alors son équilibre en contexte d'altérité. L'auteure présente ici sa **pratique originale de l'anthropologie clinique** : mobile, multi-référentielle, intégrant **la thérapie narrative et les neurosciences**, utilisant **les objets métaphoriques et la dimension spatiale** comme leviers de changement dans le cadre de cet "accompagnement aux antipodes" des profils singuliers (surdoués) et pluriels (multiculturels).

10 Mots-clés :

expatrié, expatriation, surdoué, haut potentiel, intelligence transculturelle, hémisphères, anthropologie de l'espace, créativité symbolique, objets métaphoriques, anthropologie clinique.

Citer cet article :

GILLET, I. 2020. "Accompagner aux antipodes... géographiques, culturels, sémantiques et cognitifs. Aller plus loin en thérapie transculturelle avec la créativité symbolique", in: DRWESKI, P., PRADILLON, G., LEFÈVRE, A. (dir.), *Le patient expatrié, son psy et le pays d'origine. Un lien entre ruptures et continuité*, Paris, Réseau PsyExpat, 2020.

Les surdoués ont l'esprit qui voyage... Les expatriés ont une vie qui déménage... Ceux qui cumulent profil multiculturel et à haut potentiel se retrouvent parfois à la croisée des chemins dans leur vie personnelle ou professionnelle et "atterrissent" au cabinet de thérapie transculturelle d'un(e) anthropologue clinicien(ne). Je reçois donc, en présentiel comme en distanciel, des personnes engagées dans ce double mouvement externe et interne, géographique et psychique, de quête de terres inconnues et de (re)conquête de terrains connus. Mouvement qui s'est soit emballé soit interrompu, qui a en tous cas perdu son rythme de croisière, et dont les conséquences aversives motivent la consultation. Il s'agit pour le patient de faire une pause avant de repartir, une pause introspective et re-créative. Une escale avec HEMISPHERES est l'occasion de se ressourcer dans un espace intermédiaire entre identité et altérité, espace lui-même physique et symbolique : celui de la relation thérapeutique où l'on peut "être chez soi où qu'on soit". Un espace où atterrir aussi en dedans.

¹ Anthropologue clinicienne et coach certifiée en neurosciences (Cabinet HEMISPHERES, Bruxelles), fondatrice des rencontres Melting Pot-entiel et Ethno-Logik – hemispheres@mail.com, www.hemispheres.link

Les demandes formulées sont diverses, les modalités d'intervention sont variées : l'accompagnement proposé prend tour à tour la forme d'une thérapie intégrative, d'un coaching de transition, d'un atelier ou d'une conférence grand public, d'une formation ou supervision pour professionnels des métiers de la relation², d'une mission de consultance ou de facilitation en organisation³. Me sollicitent surtout les "nomades atypiques" en questionnement sur eux-mêmes et sur leur place dans le monde : expats et impats, ados et adultes, le plus souvent concernés par la douance⁴, en solo ou en famille mais aussi en équipe de travail multiculturelle ou pluridisciplinaire. Qui vivent la diversité cognitive et culturelle, l'incarnent, l'accompagnent. Qui se trouvent aux antipodes de la courbe de Q.I.⁵, des cadres de référence partagés par la majorité, des réactions "normales" attendues dans un contexte donné.

Leurs trajectoires sont, plus que la moyenne, des histoires de ruptures, de deuils, de transformations. De transitions de vie, de carrière, de culture. Leurs identités sont, plus que la moyenne, des patchworks, des kaléidoscopes. Parfois des feux d'artifice. Leurs compétences sont éclectiques, leurs intelligences sont réellement multiples. Ce sont des acteurs pluriels au sens de Lahire (2011) en ce qu'ils ont traversé des univers de socialisation différents, parfois vécus comme contradictoires. Et leurs défis sont à la mesure de leurs élans. Quand ils vont mal, l'accès à leurs ressources, quoique plus opérantes, peut s'avérer plus alambiqué. Tout dépend de l'itinéraire qu'on prend. Slalomons.

Le haut potentiel : une intelligence transculturelle ?

L'observation participante auprès de cette population particulière m'a conduite à poser l'hypothèse d'un parallèle entre expat et HPI en matière de fonctionnement psychologique : je postule l'existence d'une forme d'ouverture d'esprit en mosaïque, globe trotteuse et systémique, jonglant intuitivement avec les niveaux logiques et sémantiques, que je désigne sous le nom de "intelligence transculturelle" (dépassant les concepts classiques d'intelligence culturelle ou interculturelle), notion adjacente à l'intelligence nomade décrite par Zilveti-Chaland (2015) et qui est selon moi le propre des personnes chez lesquelles se jouent à la fois un processus de métissage culturel et un fonctionnement à haut potentiel, subtile alchimie renforçant les effets mutuels de ces spécificités sur les pensées, émotions et comportements.

Je ne dispose (encore) d'aucune statistique pour illustrer mon propos, employant personnellement des méthodes qualitatives⁶. Cependant, un quart de siècle à leur contact en diverses qualités ainsi qu'une pratique de l'auto-analyse ont étayé ma conviction que métissage des cognitions et nomadisme des émotions procèdent de pair. Que l'hybridation des multi-expats par acculturations successives converge avec le besoin impérieux des surdoués de saisir le sens profond des choses, sur le mode de la "com-préhension" (étymologiquement, prendre avec soi) par imprégnation. Que l'étrangeté à soi-même n'a souvent d'égal que l'étrangeté à autrui. Que les expatriés comme les surdoués augmentent la souplesse de leur articulation du Je-Nous par exposition répétée à l'altérité.

Cette vision globale, systémique (Bateson, 1990-1991), cette pensée complexe, multi-niveaux (Morin, 2005), cette conscience écologique, élargie, des enfants de la Génération Erasmus, cette intelligence collective qui actuellement se déploie jusqu'à faire émerger un concept de citoyenneté mondiale, universelle, et délivrer le passeport symbolique qui va avec... Tout ceci me renforce dans l'idée que, pour traiter les aléas de l'identité qui bourlingue, de la quête de soi quand elle a des hauts et des bas, nous, cliniciens de la mondialité (Derivois, 2017) devons nous engager à accompagner

2 Ethnocliniciens, systémiciens, psys, profs, coaches de vie et de carrière, éducateurs, volontaires d'associations, etc.

3 J'interviens principalement dans les secteurs psycho-médico-social, éducatif, RH, ONG et médiation interculturelle.

4 Aussi désignés comme HP, précoces, sur-efficients, *gifted*, voire zèbres... Etiquettes à manipuler avec discernement !

5 Les scores les plus hauts au test de quotient intellectuel démarrent à 130 sur la Courbe de Gauss ("hauts potentiels").

6 Ceci dit, je suis prête à participer à toute recherche sur le sujet qui contiendrait un volet quantitatif. À bon entendeur.

nos patients hors des sentiers battus via des chemins de traverse : c'est à dire là où transculturalité⁷ et transdisciplinarité se rencontrent⁸.

Accompagner aux antipodes géographiques et culturels

La spécificité de cette thérapie résolument plurielle telle que je la mets en oeuvre et qui combine thérapie neurocognitive et comportementale (Fradin, Lefrançois, 2014), thérapie narrative (White, 2009 ; Epson, 2016), techniques de développement personnel et professionnel validées par la psychologie positive⁹, intuitions personnelles (Millêtre, 2012 ; Adda, 2015) et perles de sagesse venues d'ailleurs (hors cultures française et belge) est une perspective que je qualifie de "ethnologie" : posture à la fois décentrée et pragmatique inspirée tant de la maïeutique que de la psychosociologie scientifique avec, selon les cas, une touche de couleur inuite, inca, massai, maorie, persane, grecque, viking, celtique, sioux, navajo, khmer, zen... La diversité humaine offrant des principes de vie et de travail fascinants à explorer et pertinents à appliquer dans nos propres contextes !

Un exemple significatif : ce que nous appelons "ambivalence" entre un sentiment de joie et un sentiment de tristesse, entre la douleur d'une perte et le souvenir attendri de ce qui a été, s'exprime avec emphase dans les cultures lusophones via **la saudade** – un état d'être proche de la nostalgie de celui qui regrette ET savoure les événements, en sublimant ce double état interne en une forme d'art partageable avec autrui : **le fado**, un chant qui vient des -et prend aux- tripes. La *saudade* transcende en effet le désespoir par une célébration. Ce ressenti simultanément agréable et désagréable, dont l'apparente contradiction nous obligerait presque ici à "choisir" comment on se sent ("ça va ou ça ne va pas ?"), révèle là-bas une nuance inédite dans la palette des émotions possibles à vivre.

Face à une situation qui rendrait perplexe à Paris ou à Bruxelles, voilà une tradition culturelle incarnée à Lisbonne ou au Cap Vert qui constitue une nouvelle stratégie de requalification apte à enrichir notre registre. Ces inspirations étranges, étrangères, ont donc le pouvoir de remplir le "réservoir à réponses" potentiellement envisageables par nos patients, de soutenir leur résilience par un subtil lien construit entre hier et demain. Le son parle directement aux sens, court-circuitant le mental. La puissance du chant, tantôt rythmé, tantôt lancinant, est l'exutoire flamboyant d'une *saudade* qui évite le côté plombant de la mélancolie. Le *fado* comme levier de mieux-être. Se laisser pénétrer de l'émotion véhiculée par la musique et, tout à coup, réaliser qu'une médiation est en train de se faire jour en soi entre la peine et la joie : la voix ouvre la voie... Quel magnifique soulagement j'ai pu lire dans les yeux de certains grâce à la découverte de cette alternative libératrice !

Accompagner aux antipodes sémantiques et cognitifs

S'exprimer, c'est bien ; être compris, c'est mieux. Être un expat polyglotte ne résout pas tout. Les quatre territoires sémantiques à couvrir pour s'assurer de l'intelligibilité d'un discours ont été schématisés en ANC¹⁰ sous la forme d'une pyramide que je partage systématiquement à toute personne qui déplore un problème de communication, que ce soit dans le cadre social ou organisationnel, en couple ou en entreprise, dans sa culture d'origine ou dans son pays d'accueil. La précision du lexique est une condition nécessaire mais non suffisante à l'éclosion du sens. Ce n'est pas parce qu'on parle la même langue (communication digitale) qu'on emploie le même langage

7 À ne pas confondre avec transhumanisme.

8 Pour l'anthropologue, la "culture" est partout, aux niveaux micro et macro : cultures locale, régionale, nationale, familiale, managériale, ethnique, scientifique, religieuse, organisationnelle, sectorielle, générationnelle...

9 Pour aller plus loin, lire les auteurs inspirés par le pionnier Martin Seligman que sont Ilona Boniwell, Jacques Lecomte, Florence Servan-Schreiber, Tal Ben Shahar, Rebecca Shankland, Rick Hanson, Carol Dweck, entre autres.

10 Approche neurocognitive et comportementale.

(communication analogique)¹¹ ni qu'on se place au même niveau d'abstraction (chacun des quatre revêt une fonction) ! Outre la pyramide sémantique, les outils utiles pour souligner l'importance cruciale de la forme comme du fond sont la puissance du silence et des ellipses pour rythmer le propos, la phraséologie à rebours des aphorismes de Maître Yoda, les contes *Forêke et Yzonka*, les cartographies de compétences en *Quai de Gare*, etc. En effet, il est démontré depuis les années 60 que faire passer un message se joue bien davantage au niveau de la relation qu'à celui du contenu (Winkin, 1991).

Les personnes à très haut quotient intellectuel (THQI) verbalisent principalement en entretien des vécus d'incompréhension majeure vis-à-vis, et de la part, de leurs interlocuteurs. Ils ne parviennent pas à se brancher sur la même longueur d'ondes, la communication multicanale qui leur est si chère est battue en brèche. En cas de difficulté relationnelle de cette nature, la tentation est grande d'aller se réfugier dans le monde idéal des concepts : *Un jour, j'irai habiter en théorie, parce qu'en théorie, tout se passe bien*, répétait à la fois désabusé et hilare un de mes patients il y a quelque temps. Dans ces situations qui abîment rapidement la relation parce que les protagonistes "ne s'entendent pas", il m'arrive de proposer aux personnes de recombinaison leurs familles éclatées au moyen de dominos, et aux collègues de reconstruire leurs équipes-projets multi-services sous la forme d'étoiles gigognes. De quoi faire émerger des pistes d'explication plus accessibles, moins compliquées à appréhender pour ceux avec qui elles devront être partagées. Exercer une pédagogie de la pensée complexe.

Allers-retours d'un cadre à l'autre

La méthode employée pour venir à la rencontre de la subjectivité de mes patients "où qu'ils se trouvent", et construire avec eux le champ dans lequel l'alliance va s'établir, mobilise le trio qui a formé mon *habitus*¹² d'intervenante : **(1) Décantation, (2) Anthropologie de l'espace et (3) Créativité symbolique.**

L'objectif d'un tel procédé est de rétablir l'équilibre entre les hémisphères cérébraux (Robles, 2009), restaurer la balance entre rationalité et imaginaire, entre jugement critique et capacité de se projeter dans l'inconnu, entre faire la part des choses ici et maintenant et en rêver de nouvelles ailleurs ou plus tard, bref entre protection et permission. Ceci afin d'ouvrir le champ des possibles, d'élargir les horizons, recadrer la problématique, s'autoriser à tester d'autres manières de penser, sentir, exprimer ou agir, pour ensuite les adopter, les abandonner ou les adapter selon les besoins, en fonction de "ce qui sonne, résonne et raisonne juste".

Le résultat attendu est de faire émerger le changement chez le patient et de l'aider à l'approprier en augmentant sa force de résilience, qui pourra supplanter les effets de l'homéostasie (d'une partie) du système dans lequel il se dit "coincé" et qui le pousse à consulter¹³.

(1) LA CAPACITÉ DE DÉCANTATION

Où comment sortir un peu de Soi pour aller à la rencontre de l'Autre. Comment mettre de côté nos présupposés pour rendre notre cadre de référence perméable à d'autres visions du monde et d'autres

11 Sur ces deux notions, se référer aux *Axiomes de la Communication* selon Paul Watzlawick, de l'Ecole de Palo Alto.

12 Notion anthropologique d'origine philosophique, popularisée par le sociologue Pierre Bourdieu, désignant une manière d'être, un style de vie, la tournure d'esprit qui donne une disposition à l'action, la matrice sociale qui conditionne les comportements individuels.

13 Parfois, c'est bien le système social alentour qui pousse le patient à consulter (famille, entreprise, autorité) ; souvent, c'est le patient lui-même en tant que système qui souhaite rétablir son équilibre à la suite d'une situation qui l'a bousculé. Dans les deux cas, une lecture systémique des enjeux sous-jacents est éclairante et le recours aux pratiques narratives aide à s'en affranchir en restaurant l'estime de soi.

définitions du normal, du pathologique, de la santé, de la maladie, de la guérison, du succès, de l'échec, du bienséant, du malvenu, etc. Cela nécessite la prouesse psychologique d'adopter simultanément de multiples perspectives, parfois très éloignées les unes des autres, et de les laisser vivre en soi en coexistence pacifique, sans conflit intrapsychique ni interpersonnel majeur. Une bonne dose de réflexivité et de métacommunication est indispensable et cette capacité n'est pas donnée à tout le monde. À bien peu de gens, même, si l'on en croit la facilité avec laquelle une divergence de vue peut se transformer en position figée, stigmatisation, haine, exclusion.

Au fil de ma carrière, j'ai pu observer que **la décentration repose sur une douzaine d'habiletés spécifiques dont j'exposerai ici uniquement les trois catégories principales : a) Flexibilité cognitive, b) Régulation émotionnelle, et c) Fluidité comportementale.** Ceux qui bénéficient de ce talent appréhendent le monde et ses contradictions, ainsi que les leurs propres, avec plus de recul et de pondération et, par conséquent, possèdent un beaucoup plus grand contrôle sur les trois plans : tête (pensées), cœur (émotions), corps (comportements). Les attitudes de curiosité, de compassion et de congruence¹⁴ y correspondent respectivement et fondent la posture d'observation, d'ouverture et d'écoute associée obligatoirement pour moi à la pratique de l'anthropologie clinique et à tout processus d'accompagnement.

a) Flexibilité cognitive

Les biais cognitifs dont chacun est l'objet, la dissonance cognitive qui favorise le repli, la tendance des systèmes à maintenir leur homéostasie sont à l'origine de la "résistance au changement", toujours explicable mais qui peut devenir extrêmement dommageable quand elle crée ce que j'appelle "des faux plis dans le cerveau". Sortir prudemment de sa zone de confort pour s'approcher de sa zone proximale de développement¹⁵ peut s'opérer via des exercices de Pleine Conscience (Barois, 2014), de métacognition (Noël, 1991), de créativité (De Brabandère, 2013) et grâce à l'étayage fourni par le thérapeute. Basculer dans la gouvernance préfrontale (Fradin, 2010) et suspendre le jugement durant le temps de la maturation sont indispensables au patient pour éviter de saboter ses premières tentatives de faire bouger les choses.

Focus sur : le Tétralemme. Pour sortir des blocages décisionnels dus à une logique binaire. Emprunté par les philosophes grecs à la spiritualité orientale, le tétralemme ouvre le champ des possibles pour réduire le dilemme qui fait souffrir le sujet, en augmentant le nombre de ses choix. On passe de "A" ou "B" (2 possibilités) à "A et B" (par addition, juxtaposition, succession, subordination, intégration, catégorisation... une dizaine de variantes identifiées) et à "ni A ni B" (sphère de l'innovation), ce qui engendre minimum 4 possibilités, voire potentiellement une douzaine au total. Là où il s'enfermait dans l'obligation d'une décision à partir de deux propositions dont aucune ne lui agréait, le remplissage d'un tétralemme me permet d'amener le patient à envisager des alternatives non mutuellement exclusives et ainsi à réintroduire de la souplesse et de la liberté à la place de la pression et de la rigidité. Un courant d'air frais dans ses croyances limitantes, parfois très décoiffant.

b) Régulation émotionnelle

Le *self-leadership* passe par un discours intérieur positif, une attribution causale adéquate, par la tempérance, une estime de soi haute et stable... Le leadership d'autrui comprend entre autres la gestion relationnelle du stress et celle du positionnement grégaire (notions fondamentales de l'ANC) qui permettent de "tisser du lien au fil de Soi" ou d'en défaire les noeuds. Ici, le patient va être

14 Sur cette notion, se référer aux travaux du psychologue humaniste Carl Rogers.

15 Sur cette notion, se référer aux travaux du psychopédagogue Lev Vygotski.

amené à faire de la « dentelle relationnelle », ce qui peut être matérialisé au moyen d'une pelote de laine ou d'une bobine de fil... Un fil rouge, évidemment ! Les relations vont alors se tricoter, s'enchevêtrer, s'effiloche, se raccommode au sens propre comme au sens figuré. J'ai également développé un dispositif, inspiré des tâches prescrites en TCC¹⁶ et des pratiques narratives, qui invite les patients à « faire le tri » dans leur vie avant un nouveau départ en "mettant en boîte" leurs peurs. Cette stratégie qui fait écho au déménagement en permettant de "s'éloigner de pour aller vers" s'est révélée payante dans plusieurs cas où le Syndrome de l'Imposteur générait appréhension et procrastination chez le "conjoint suiveur".

Focus sur : le Kasàlà. Pour revaloriser l'image de soi et se voir réintégré dans sa communauté. Issu de la tradition orale africaine, le kasàlà diffusé en Europe par Jean Kabuta éveille une façon de se présenter à l'Autre en écrivant -en bien- sur Soi puis en déclamant littéralement en public son identité idéale. Il se fait également en sens inverse et l'auto-louange se mue en éloge d'autrui. Le "pouvoir magique" de ces textes réside en une inflation artificielle et assumée des qualités, forces et ressources des personnes concernées. En évoquant la puissance d'un animal, d'un objet précieux ou d'un élément de la Nature, le membre est honoré pour sa contribution au groupe. Le kasàlà évite cependant la vantardise, et son éventuel effet rebond de culpabilité contre-productive, en usant volontairement d'un langage poétique (hyperbole) qui paraît si gentiment exagéré qu'il dégonfle tout ego qui serait tenté !

c) Fluidité comportementale

Aux personnes qui viennent me consulter, je répète que "S'ajuster au contexte, c'est le maîtriser". Je conçois bien que cela puisse paraître un peu abrupt à ceux qui cherchent une solution à une difficulté d'adaptation... Mais s'ajuster est très différent de se sur-adapter ! J'ai une certaine affection aussi pour le côté iconoclaste de la thérapie provocatrice (Farrelly, Brandsma, 2000) et je dois reconnaître que mes patients s'en accommodent plutôt bien. Leur profil explique vraisemblablement cette capacité d'auto-dérision, à prendre de la hauteur vis-à-vis de soi, même dans les moments de doute ou d'angoisse où ils vacillent. Lorsque l'éclat de rire jaillit, la réceptivité augmente.

Ce sur quoi j'insiste avec ce *leitmotiv*, c'est qu'en développant leur leadership du contexte¹⁷, ils amélioreront leur "normalité" à l'estime de l'environnement. "Être membre, c'est être prévisible" disait Ray Birdwhistell et prendre conscience des codes sociaux invisibles et des indicateurs de performance sociale de nos conduites (aux yeux de la culture que l'on cherche à intégrer) est probablement la compétence la plus utile pour se tirer d'affaire en milieu (perçu comme) hostile. Si le caméléon HP ou expat apprend comment changer de couleur à l'extérieur tout en restant fidèle à lui-même sous la peau (sans pour autant friser la double personnalité), il pourra alors se servir de ce mimétisme apprivoisé comme d'une stratégie d'adaptation et non plus d'une difficulté. En retour, l'entourage enverra des signaux d'apaisement, ce qui renforcera le sentiment d'appartenance... Et fera diminuer l'impression d'être en décalage. Un cercle vertueux peut s'établir au sein du système mais quelqu'un doit l'initier, alors commençons par incarner le changement que nous voulons voir advenir dans le monde : de cette manière, "il y a plus de chances qu'il ait lieu". La conclusion logique d'un énoncé décalé frappe toujours les esprits et ouvre une brèche au recadrage.

Focus sur : Bas les Masques, Hauts les Coeurs. Pour différencier adaptabilité et sur-adaptation. L'idée avec cet outil est de rendre caduque le faux-self en créant, d'une part, son masque social, celui souvent porté par le nomade et/ou atypique pour passer *incognito* et, d'autre part, son masque authentique, celui que l'on aspire à oser montrer à autrui avec sérénité¹⁸. La double signification

16 Thérapies cognitivo-comportementales.

17 Pour des exemples d'interventions sur le contexte, voir Doutrelugne, Cottencin, Betbèze (2013), pp.129 & 182.

18 Je recommande aux cliniciens la lecture passionnante de *La Magie de nos Masques* par Teresa Robles (2007).

contenue délibérément dans "on va réaliser nos masques" (consigne laconiquement donnée) a pour but de suggérer à l'esprit des participants à l'atelier une orientation vers l'introspection au travers même du processus d'expression. Double Je(u). Le fait de produire matériellement ses deux masques "en regard l'un de l'autre" (on sait combien la formulation des injonctions, calibrée à dessein, détermine leur magnitude¹⁹) va permettre de faire exister ces deux facettes de l'identité du patient dans l'univers physique, face à lui-même et au monde, dans un laboratoire bienveillant de recherche sur soi et d'expérimentation de nouvelles interactions. Il redevient donc possible, tout en sécurité, de "choisir le visage véritable qu'on veut montrer aux autres". Le patient (re)gagne en autonomie relationnelle.

(2) ANTHROPOLOGIE DE L'ESPACE

Habiter et être habité. Trouver sa place, garder la bonne distance. Se rapprocher des siens bien qu'on soit parti loin. Métaphores autogènes, les références spatiales sont tout sauf anodines dans le discours des expatriés et des surdoués "en cheminement"²⁰ qui rapportent fréquemment avoir du mal à "s'attacher quelque part". On s'appuie donc sur l'Espace, métaphore universelle, pour intervenir au niveau somatique à partir des positions perceptuelles en systémique et de la gestion de la proxémie. Je n'ai pas la place (sic) pour m'étendre ici sur ce sujet ô combien essentiel mais je puis malgré tout citer mes outils de prédilection que sont le protocole du *Clean Space*²¹ de Tompkins et Lawley, une déclinaison du *Clean Language* (maïeutique en langage épuré) où l'espace lui-même devient psychoactif et co-thérapeute ; le *Village* et les *Sculpturations* systémiques, la *Maison de Vie* issue de l'approche narrative, la *Roue amérindienne* et son tour de parole basé sur un jeu de rôles, le *Voyage du Héros*, qui recèlent toujours un potentiel d'évocation très fort en engageant le corps.

(3) CRÉATIVITÉ SYMBOLIQUE

La créativité symbolique est, selon moi, un des leviers les plus puissants pour accéder à notre intelligence transculturelle. Elle invite dans la conversation avec le patient des *Matriochkas* et les *Animaux Totem* qui, dans l'univers physique, viennent soutenir la déconstruction-reconstruction du récit identitaire. C'est ici que, pour ainsi dire, la psychologie des profondeurs²² remonte à la surface. Les symboles transmettent leur message, les histoires prennent corps à travers les objets et se laissent dès lors manipuler. La charge émotionnelle de celui ou celle qui vient de se dévoiler avec les *Dés à raconter* va pouvoir être transférée dans la statuette inspirante, la carte de personnage, l'ustensile utilitaire, le gadget rigolo ou la production artistique qui possède désormais une vertu cathartique et réparatrice. Des *Perles de Vie* ou le *Train de Vie*, par exemple, pourront étayer la personne pendant qu'elle se hisse au-dessus des événements -et de ses propres réactions- pour prendre de la hauteur et cicatriser.

En consultation individuelle, utiliser la créativité symbolique, c'est rebondir sur le matériel verbal et non verbal que le patient amène au cours de la séance et lui soumettre spontanément un objet "flottant" provenant du *Souk dans mon Sac*, à la façon de Marie Poppins : le territoire de l'imaginaire d'où on tire un lampadaire... Pour éclairer la situation problématique d'un angle différent. L'issue de la manoeuvre dépend de l'agilité du thérapeute qui doit être pleinement présent à l'interaction pour **maintenir quatre hémisphères en éveil : ceux du patient et les deux siens !** Favoriser l'osmose entre la rigueur d'un entretien clinique et le côté débridé des jeux de métaphores.

19 L'énergie sismique de la rhétorique comme instrument de changement est un des piliers de la psychothérapie.

20 Le lecteur curieux lira également avec intérêt l'essai de Jean-François Augoyard sur la rhétorique cheminatoire.

21 Pour son application en hypnose, voir l'étude des *Fragments de Modélisation symbolique* dans la pratique de Gilles Voirin.

22 Sur cette notion, se référer aux écrits du psychologue analytique Carl Gustav Jung.

Des figurines pour les amis qu'on a perdus, un trophée pour les succès qu'on croit illégitimes, un avion miniature pour les grands départs ou les retours précipités, une gomme pour effacer les souvenirs douloureux, un coffret pour garder ceux qui sont précieux, une photo de serrure quand on voudrait retrouver la clé de sa motivation, un diamant en plexi transparent dont brillent les multiples facettes selon comment on les place dans la lumière – les possibilités sont infinies, ce qui rend la technique jubilatoire et redoutablement impactante. Des mois après un rendez-vous où le patient comme moi avons perçu que quelque chose était touché en profondeur, il arrive que certains refassent encore allusion à une séance pivot où tout a basculé, où ils ont senti un noeud se débloquer pour la première fois, s'enclencher en eux le processus à poursuivre pour aller mieux.

En atelier collectif, on génère ensemble des symboles porteurs que chacun pourra s'approprier comme support projectif. À partir d'objets du quotidien, *design* ou bruts, détournés, personnalisés... Une dernière remarque : si l'idée maîtresse de cette démarche synchrétique est d'aller extirper de l'indicible les ressources du patient pour l'équiper au changement, restons vigilants sur la portée et les limites de ces instruments. Les adopter sans changer profondément d'état d'esprit ne modifiera rien durablement, ces outils fussent-ils exotiques, ludiques ou intrigants. Ce sont des adjuvants, des grigris, des artefacts... Mais ils ne font pas de miracle : la magie qui opère vient du patient !

Conclusion :

Dans le but d'offrir une thérapeutique sur mesure "à destination" des expatriés et des surdoués qui vivent ailleurs et autrement que la plupart des gens, une pratique clinique transculturelle et intégrative se veut le reflet méthodologique du ressenti des patients aux niveaux expérientiel et existentiel. Combinant les positions philosophiques de diverses cultures avec les propositions scientifiques de plusieurs disciplines, j'ai développé pour accompagner ce public de "nomades atypiques" une méthode hybride basée sur des paradoxes féconds : une affiliation par ouverture à l'altérité et la proximité relationnelle par instauration d'une juste distance.

La connivence intellectuelle est créée par le jonglage avec les différences et le recours aux neurosciences. La qualité de présence est renforcée par l'espace mobilisé comme partenaire et l'usage de métaphores, photolangages, modélisations systémiques ou objets dits « flottants » dans une démarche de créativité symbolique. Des artefacts, récits, graphiques, outils médiateurs, passeurs de messages et de frontières, sont mis à disposition ou co-construits pour représenter dans le monde visible les enjeux implicites, pour mettre au jour les intuitions et (re)faire dialoguer les hémisphères : inventivité et rationalité sont convoquées, appétence et compétence sont activées. Simultanément.

La posture "ethno-logique", décentrée et pragmatique, permet de jouer ce rôle de facilitation en intelligence transculturelle : un travail transversal en Anthropologie de la Communication qui porte sur comment (ré)concilier agilité et stabilité, mobilité professionnelle et sérénité personnelle. Mon intention : parvenir à faire alliance à l'intérieur de l'espace thérapeutique comme on fait société à l'extérieur, à contenir psychiquement le patient tout en le re-stimulant au sein d'une relation d'échange où les prises de conscience mettent en tension le dehors, le dedans et les ponts entre les deux, où notre humanité avec toutes ses nuances peut (re)trouver sa place et, des solutions inédites, émerger.

Afin d'être à même de (re)déployer cette « intelligence transculturelle », cousine métisse et globe trotteuse de notre intelligence relationnelle qui permet de se mouvoir en contextes divers avec aisance, il s'agit de commencer par (re)connecter nos trois centres : tête, cœur, corps... Pour pouvoir mieux se décentrer à partir de cet alignement ! Sortir un peu de Soi pour aller à la rencontre de l'Autre. Entrer dans la relation et, pas à pas, rejoindre la personne "là où elle est" et se sent

appartenir. Alors seulement peut s'engager le travail d'élaboration, d'expansion de conscience, de reconfiguration d'espace psychique²³... Qui passera par un "voyage en polysémie" et emmènera aux antipodes géographiques, culturels, sémantiques et cognitifs ceux qui accompagnent vers plus d'épanouissement les profils multiculturels et/ou à haut potentiel en questionnement identitaire.

BIBLIOGRAPHIE

ADDA, A. ; BRUNEL, T. 2015. **Adultes sensibles et doués**, Paris, Odile Jacob.

BAROIS, C. 2014. **Pas besoin d'être tibétain pour méditer : La pleine conscience à la portée de tous**, Paris, J'ai Lu, Coll. "Bien-être".

BATESON, G. 1990. **Vers une écologie de l'esprit**, tome I, Paris, Seuil.

BATESON, G. 1991. **Vers une écologie de l'esprit**, tome II, Paris, Seuil.

BOSSUROY, M. (dir.) 2016. **La psychologie clinique transculturelle**, Paris, In Press.

BRASSEUR, S. ; CUCHE, C. 2017. **Le haut potentiel en questions**, Bruxelles, Mardaga.

CHEVALIER, J. ; GHEERBRANT, A. 1990. **Dictionnaire des symboles : Mythes, rêves, coutumes, gestes, formes, figures, couleurs, nombres**, Paris, Robert Laffont / Jupiter.

DE BRABANDERE, L. 2013. **Thinking In New Boxes: A New Paradigm for Business Creativity**, Toronto, Random House.

DE KERMADEC, M. 2011. **L'adulte surdoué : Apprendre à faire simple quand on est compliqué**, Paris, Albin Michel.

DE KERMADEC, M. 2016. **L'adulte surdoué à la conquête du bonheur : Rompre avec la souffrance**, Paris, Albin Michel.

DERIVOIS, D. 2017. **Clinique de la mondialité : Vivre ensemble avec soi-même, vivre ensemble avec les autres**, Louvain-la-Neuve, De Boeck Supérieur.

DOUTRELUGNE, Y. ; COTTENCIN, O. ; BETBÈZE J. 2013. **Thérapies brèves : principes et outils pratiques**, Issy-les-Moulineaux, Elsevier Masson.

EPSON, D. 2016. **Cas pratiques, cliniques et poétiques en thérapie narrative**, Bruxelles, Satas.

FARRELLY, F. ; BRANDSMA, J. 2000. **La thérapie provocatrice**, Bruxelles, Satas, Coll. "Le Germe".

FRADIN, J. (dir.) 2010. **L'intelligence du stress**, Paris, Eyrolles.

FRADIN, J. ; LEFRANÇOIS, C. 2014. **La thérapie neurocognitive et comportementale : Prise en charge neurocomportementale des troubles psychologiques et psychiatriques**, Louvain-la-

²³ Territoires mnésiques, affectifs, professionnels, etc. Tous ces "petits bouts de monde" que le/la nomade atypique a laissés derrière lui/elle et souhaite réinvestir ou que, *a contrario*, il/elle décide de céder pour reprendre sa liberté.

Neuve, De Boeck.

KEROUAC, M. 2016. **Métaphore avec ou sans hypnose - Manuel de communication métaphorique : métaphores et contes populaires, pédagogiques et thérapeutiques**, Bruxelles, Satas, Coll. "Le Germe".

LAHIRE, B. 2011. **L'homme pluriel : Les ressorts de l'action**, Paris, Fayard, Coll. "Pluriel".

LECOMTE, J. (dir.) 2009. **Introduction à la psychologie positive**, Paris, Dunod.

MIKOLAJCZAK, M. ; QUOIDBACH, J. ; KOTSOU, I. ; & NELIS, D. 2009. **Les compétences émotionnelles**, Paris, Dunod.

MILLÊTRE, B. 2012. **Réussir grâce à son intuition**, Paris, Payot.

MORIN, E. 2005. **Introduction à la pensée complexe**, Paris, Seuil, Coll. "Points/Essais" n°534.

NATHAN, T. 1994. **L'influence qui guérit**, Paris, Odile Jacob.

NOËL, B. 1991. **La métacognition**, Bruxelles, De Boeck-Wesmael, Coll. "Pédagogies en développement".

PLIVART, I. 2014. **Psychologie interculturelle**, Louvain-la-Neuve, De Boeck.

ROBLES, T. 2007. **La Magie de nos Masques : Théorie et pratique**, Bruxelles, Satas, Coll. "Le Germe".

ROBLES, T. 2009. **Concerto pour quatre hémisphères en psychothérapie**, Bruxelles, Satas, Coll. "Le Germe".

SHANKLAND, R. ; ANDRÉ, C. 2014. **Pleine conscience et psychologie positive : incompatibilité ou complémentarité**, *Revue québécoise de psychologie*, 35(2), 157-178.

WHITE, M. 2009. **Cartes des pratiques narratives**, Bruxelles, Satas, Coll. "Le Germe".

WINKIN, Y. (dir.) 1991. **La nouvelle communication**, Paris, Seuil, Coll. "Points".

ZILVETI-CHALAND, M. 2015. **Réussir sa vie d'expat' : S'épanouir à l'étranger en développant son intelligence nomade**, Paris, Éditions d'Organisation.