

MOUVEMENT et ACCOMPAGNEMENT



Accompagner c'est favoriser le mouvement, là où il y a fixité. C'est encourager la mobilité précisément sur le lieu des adhérences, des enlacements, des blocages. Qu'en est-il de la posture de l'accompagnant lorsque la situation se fige ?

C'est en effet un moment délicat de l'accompagnement car plus une position se cristallise, s'immobilise, moins il existe des possibles et des perspectives. Remettre du mouvement là où les choses s'enkistent, incombe à l'accompagnant.

C'est un pôle essentiel de sa mission. Au coach de vie de travailler alors sa disponibilité c'est-à-dire être là, sans une position marquée, prêt à accueillir ce qui peut émerger de l'accompagné, sans a priori, sans « marquage » particulier. Être disponible c'est-à-dire réceptif, sensible, perméable... Être là, sans déterminisme, sans attente, tout en invitant l'accompagné à entrer dans son processus d'association libre par exemple.

Comme son terme l'indique, il s'agit pour l'accompagné de laisser errer son imagination, son esprit, son raisonnement. Provoquer de l'errance, remettre en jeu, desserrer ce qui est noué autant d'actions indirectes pour permettre au client de ressentir ce qui peut être signifiant et avoir du sens.

Il s'agit pour le coach de vie, d'encourager tout réaménagement de l'espace afin que ce qui est coincé puisse se remettre à bouger, se désencombrer et s'éliminer.

Le mouvement devient possible dès lors que des résistances lâchent. Il oeuvre par ondulations, par vagues successives et place sous son influence la globalité de la personne. C'est par cette nouvelle marge de manœuvre que l'accompagné s'autorise à poser un regard élargi sur son environnement.

LE MOUVEMENT LIBÈRE TOUTE FIXITÉ

En l'imprégnant, le mouvement le libère des fixités de toute nature. Quelque chose se passe alors au cœur même de ce qui se réouvre et se redistribue. Pendant ce temps, l'accompagnant coach de vie se place dans une « attention flottante » (1) ne relevant rien en particulier mais soutenant tous les possibles. Il laisse évoluer l'accompagné entre ce qui est ressenti et analysé, entre ce qui est perçu et compris. Être sous l'influence du mouvement crée de l'accès à ce qui n'était pas envisageable plus tôt. En se défocalisant d'un symptôme par exemple, l'accompagné s'offre de multiples possibles. En se déplaçant physiquement, psychiquement et émotionnellement, il s'aménage un autre avenir, s'affranchissant des croyances et des méconnaissances. En s'octroyant la ressource d'être soudainement libre de ce qui l'entravait il y a peu, l'accompagné se dote de moyens afin de traverser efficacement une situation et d'avancer.

L'ART DE L'ACCOMPAGNEMENT EST D'INVITER L'ACCOMPAGNÉ À BOUGER ET À EXPLORER

L'art de l'accompagnement est de mettre en place les conditions - la posture et le laisser-être - afin que la personne accompagnée puisse d'elle-même œuvrer, bouger, explorer. Dans ce

qui se déroule et s'engage pour la personne, il subsiste en elle peu de traces laissées par l'accompagnant : juste un regard bienveillant, voire encourageant, une position soutenante et une capacité d'accueil sans jugement. Il apparaît clair que la responsabilité de l'accompagnant se situe dans l'effort réalisé pour un entre-deux et un contenant de qualité.

Le mouvement modifie le contexte dans lequel l'accompagné pense et agit. Le mouvement crée du passage et de la transition. Il permet d'aller vers et d'assurer de la continuation. Il instaure des flux et modifie ce qui entre en résonance. C'est par le mouvement que l'accompagné pénètre dans des espaces jusqu'alors inexplorés. François JULLIEN (2) illustre à sa façon, cette notion de mouvement en le comparant à l'élément « air », ou vent. « ...le vent qui passe dit une dissémination qui diffuse insensiblement, sous son incitation imprime une direction sans visée, imprègne mais sans se laisser assigner, se répand mais sans se laisser borner : qui ébranle mais sans expliquer, modifie un état d'esprit mais sans peser »...

LA VERTU DU MOUVEMENT EST D'INSTRUIRE LE PRÉSENT, DE L'AÉRER ET DE L'ÉLARGIR

La vertu du mouvement est d'instruire le présent, de l'aérer et de l'élargir. Il favorise du laisser-passer et incite à l'émergence d'éléments jusqu'alors inconnus. Rien dans l'élaboration psychique et dans les faits n'est suffisamment essentiel et capital pour que l'on s'y fixe. N'oublions pas que l'immobilisation freine, contraint et limite tout processus d'évolution. C'est rendre passif ce qui devrait naturellement passer et se dépasser. L'adhérence crée la répétition et la passivité enlisse.

La relation d'accompagnement soutient et encourage toute initiative de l'accompagné à se défaire des fixations, à se débarrasser des encombrants en les traversant, en les mettant en mouvement. Si pour la personne accompagnée l'objectif à atteindre la mobilise, l'essentiel consistera à apprendre à mettre en mouvement ce qui s'est immobilisé et à utiliser ainsi des ressources sans cesse réactualisées. L'évolution vient de ce qui a été transformé, de la fixation au mouvement. Inviter l'accompagné à remettre de la mobilité là où il y a de l'enlissement, de la résistance, c'est tout le travail de l'accompagnant. C'est la voie du mouvement.

(1) expression empruntée à François JULLIEN

(2) François JULLIEN - Cinq concepts proposés à la psychanalyse Ed. Livre de poche page 99.



Roger DAULIN

Fondateur de Ecol'COACH
Formation à la relation d'accompagnement
par le coaching de vie
www.formation-ecolcoach.fr