2. La posture et les concepts

Quelques réflexions en zigzag entre la posture fondamentale de la GM et des points de repères conceptuels pour bien situer notre terrain.

1. Posture et Silence

L'ELEGANCE DE LA GESTION MENTALE

Et si c'était une question de posture¹ ?

La gestion mentale, et plus précisément la posture qu'elle implique, ne serait-elle pas, comme le dit Mimie de Volder page 8 un peu plus loin, comme « une seconde nature ». Une vision de la vie, un art d'être. Elle envahit la personne tous azimuts, son temps, son espace, ses relations, ses sens, au quotidien, dans le privé, le professionnel, le confiné et le déconfiné...

Les postures, ce sont les façons différentes avec lesquelles nous pouvons habiter un même positionnement. En position de directeur d'école, je peux être avec mes profs dans l'accompagnement, dans le soutien, dans la direction, dans l'obligation, gardien de.... L'enseignant face à sa classe peut avoir une grande influence sur l'apprentissage de ses élèves par la façon dont il exerce son métier : posture de contrôle, d'accompagnement, de lâcher prise, de sur-étayage ou contre-étayage², d'enseignement, de magicien.

La posture c'est cela, c'est **comment je suis dans l'interaction avec d'autres**, comment je me situe avec... Ou, pour le dire autrement, « Une posture est une manière cognitive et langagière de s'emparer d'une tâche. »³ Toute posture est donc **intention, actes et comportements cohérents avec cette intention et respect d'une éthique**⁴. C'est pourquoi, autant que faire se peut, il sera toujours plus respectueux de l'autre qu'on lui formule, qu'on lui explicite la posture qu'on adopte dans le contexte et le pourquoi.

La posture proposée par la gestion mentale évite le « trop plein » et le « trop vide ». Elle est dans l'entre, dans le juste écart pour respecter, ne pas étouffer. Elle crée une juste distance afin de ne pas fusionner l'autre, de ne pas le réduire, pour lui permettre d'être lui, d'accéder à la liberté dans l'échange et la réciprocité.

La posture répond ainsi à une loi de pari et de risque. Parier sur toutes les chances de l'autre, sur l'ouverture à tous ses possibles. Risquer de se mettre en danger soi comme dans tout geste de don, d'espérance et de désir.

Elle se situe donc dans une action personnelle, engageante, misant sur la confiance dans la relation, la richesse d'une promesse, d'une attente, d'une espérance dans un monde de respect de l'autre ; en lutte contre l'indifférence autistique au monde extérieur, combattant la méfiance, la peur, l'isolement, fuyant la satisfaction d'un besoin momentané, la satisfaction du « je veux tout tout de suite », condamnant la fermeture sur soi, sur ses biens et la frilosité qui en naît. Ce n'est pas le moi narcissique et jaloux qui est le centre, c'est l'autre, l'amour et la justice.

Ainsi, la posture d'ouverture de la gestion mentale, peut-elle se retrouver dans l'animation, dans la négociation, le conseil, l'orchestration, dans l'autorité (celui qui autorise dans le sens où il permet à l'autre de devenir auteur à son tour), en famille, à l'école, en voyage, au travail.

Cette posture d'accompagnement - faite d'accueil, d'écoute, de reformulation non seulement de ce qui est dit mais aussi des émotions et des sentiments, du vécu de l'entretien - nécessite, suppose un ajustement et une adaptation à la singularité de chacun, rencontré en tant que personne ; elle suppose humilité, bienveillance, prudence, attention, réserve, confiance, acceptation de l'incertitude, temps. L'audace de sortir de sa zone de confort, celle où on porte sagement de l'extérieur un diagnostic et où l'on

¹ Ce terme de « posture » a envahi progressivement le champ du social, de l'affectif et du pédagogique. Il semble avoir remplacé les concepts de « rôle », « d'attitude », de « stratégie ».

² Variante de la posture de contrôle, le maître pour avancer plus vite, si la nécessité s'impose, peut aller jusqu'à faire à la place de l'élève. Typologie de BUCHETON, D. http://chaire-unesco-formation.ens-lyon.fr/IMG/pdf/bucheton_gestes_professionnels_postures_d_etayage_postures_d_apprentissage.ife_5fev_2016.pdf consulté le 15 mai 2020.

³ BUCHETON, D. https://cache.media.eduscol.education.fr/file/Francais/67/5/RA16_C3_FRA_1_oral_pratique_postures_enseignantes_573675.pdf consulté le 15 mai 2020.

⁴ D'après : LAVENIER, T., Le BOUËDEC, G., PASQUIER, L. (2016) *Les postures éducatives : De la relation interpersonnelle à la communauté apprenante* (Défis formation) (French Edition) (Editions L'Harmattan. Édition du Kindle.) pp. 34-35.

La posture et les concepts

prescrit une solution, audace pour écouter l'autre, pour l'inviter, audace de se laisser entraîner sur un chemin qu'on n'a pas encore effectué, vers une solution qu'on n'a pas encore trouvée, acceptation d'une démaîtrise, d'une dépossession (« c'est toi qui sais ! »).

Et c'est là que dans le respect des différences, par l'écart que l'on crée, on peut passer à de l'inouï, comme nous le montrent les multiples témoignages de cet IF 40.

Cette posture de la gestion mentale n'est pas innée. C'est un choix, une option qui demande du travail. Elle s'acquiert au fil du temps, des expériences, avec beaucoup d'humilité, de renoncement.

*Le « génie du lieu », ce n'est pas moi, c'est lui :
toute l'élégance de la gestion mentale !*

The Sound of Silence

Et si vous jouissiez d'entendre le bruit du silence...
And if today no one dare disturb the sound of silence¹
Pour que vous puissiez écouter le bruissement de l'If 40.
Aller à son écoute, doucement, à petit pas.
En prenant le temps, en y zigzaguant lentement.

De toute façon, vous verrez, les dés sont jetés.
Et vous pourrez, en accord avec vous-même, entourer l'essentiel de silence.

Le silence
Le jour de Pâques,
Le silence après l'émouvant chant d'Andrea Bocelli dans le
Duomo vide à Milan.
Le silence après « Amazing Grace », le chanteur seul devant la
cathédrale.
L'absence de public, l'absence d'un paume à paume.
Profonde solitude du chanteur de fond devant ce silence un
peu surnaturel.

Le silence
D'une note qui ouvre à un désir plus grand encore de l'en-
tendre, certains l'ont même entendue.
D'une portée qui permet à la phrase de respirer, qui se pré-
sente comme une pause pour rendre plus de vie à la musique
qui l'entoure.

Le silence
Le silence intérieur
D'une présence à soi
D'une focalisation sur sa respiration
D'un accueil de sensations, d'émotions, d'images, de pen-
sées
D'une acceptation sans analyse, sans jugement, sans inter-
prétation
D'un apaisement mental
D'un chemin vers un delà caché en soi
Du recul, de la distance, du déconditionnement
De la liberté de choisir.

Le silence
De l'artiste avant de monter sur scène, il s'isole pour entrer

dans sa tête et dans son rôle avant d'apparaître en public ;
De l'acrobate dans le cirque, il invite le public à un bref
instant de silence intense avant de se jeter dans le vide ou la
gueule du lion ;
Du joueur de tennis avant de servir, il refait mentalement son
geste ;
Du skieur, une fois encore, il fait le trajet du slalom avant de
se lancer sur la piste.

Le silence
De l'apprenant pour bien percevoir et ne pas disperser ses
observations ;
De l'élève pour mettre ses perceptions dans sa tête ;
Du dialogué pour vérifier si l'image dans sa tête est conforme
à la perception ;
De l'enfant pour aller rechercher cette image – ou d'autres –
déjà stockée(s) dans sa mémoire ;
De l'adolescent pour chercher une autre voie (out of the box)
pour résoudre un problème ;

Tous, ils ont besoin de silence... pour travailler avec leur
cerveau, **pour transformer un objet du monde en un objet de
connaissance.**

Le silence
De l'espace entre nos vies pour passer, rêver, se ressourcer,
être.

**Tous ces silences ne sont pas des vides. Ce sont des lieux de
mouvement, des mouvements de sens, à haut degré d'évo-
cation. Ces silences nous appartiennent, nous autonomisent,
nous grandissent.**

¹ D'après "The Sound of Silence" by Simon and Garfunkel (1966)

Et il écrit, il écrit.
Le tableau lui laisse peu de place pour terminer son exercice.
Vite vite, il le finit.
La cloche sonne. Sa collègue entre.
« Madame, n'effacez pas, j'ai pas fini de copier... »
Et de l'œil à la main, l'exercice s'écrit.
Mon cerveau est vide. Même pas le temps d'une émotion, d'une évocation, d'une compréhension.
Lui commence déjà à écrire dans la classe à côté... remplissant l'espace vert, le temps, le vide.
Le silence se déchire.
Elle, devant moi, s'en est allée à décortiquer la seconde cause de la révolution américaine.
Je ferme mon cahier de math.
Et dans mon silence à moi, je me souviens de ce que la dame de la gestion mentale me disait :
« Prends le temps qu'il te faut pour bien regarder ce qui est au tableau, ensuite tu prendras le temps de l'évoquer mentalement ; redonne-toi visuellement la figure, raconte-toi la méthode employée, prends le temps de vérifier tes évocations... »
Profonde solitude de l'élève du fond...

Luc Fauville
Moha, mai 2020

2. Les concepts

Cette posture faite d'une attention aiguë au vécu de l'autre s'appuie sur un projet global et des concepts solides tant ils ont été travaillés. Ce n'est pas le lieu de s'étendre sur ce sujet.

Quelques mots toutefois pour bien situer notre démarche¹ :

La **gestion mentale** est un courant pédagogique, une démarche qui

explore,
décrit,
nomme,
étudie et
entraîne

les gestes mentaux de la connaissance
dans leur diversité c-à-d **comment**

Être attentif
Mémoriser
Comprendre
Réfléchir
Imaginer

Pratiquement tous les concepts de GM sont présents dans les témoignages publiés dans ce numéro :

Connaissance de soi-même grâce à l'introspection cognitive.

Mise en projet avec les 3 pôles du projet, double codage perceptif (ou davantage), invitation explicite à évoquer, pause évocative (temps), évocation de rappel ou de synthèse, vérification des évocations et ajustements, explicitation précise des étapes nécessaires à chaque geste mental, projets de sens, pas de jugement, croyance en la capacité de l'autre à s'appropriier une matière, place pour l'erreur, ...

Pierre-Paul Delvaux

¹ Nous vous renvoyons au document produit par IF Belgique qui est publié sur notre site : ifbelgique.be/gestion-mentale/présentation-générale.