

L'anticipation vertueuse

par Luc Fauville

publié dans la Feuille d'If n°29 de décembre 2014

PENSER/ANTICIPER

*Votre maison brûle. Qu'emportez-vous ?
« Le feu », répondit Jean Cocteau.*

Un de mes enfants me demande de le conduire chez un ami à Saint-Georges, un petit village près de Liège...Et de le reprendre vers minuit. Je ne connais Saint-Georges que par une plaque sur l'autoroute, mais mon fils qui connaît la route par coeur se fait fort de me conduire à destination. Tout à l'heure, j'ai le projet de venir le reprendre, je serai seul et la nuit, Saint-Georges est dans le noir... Je dois anticiper. Je me décide donc à être attentif non seulement à la route mais aussi à prendre des points de repère : je vois et je me parle : "au rond-point à la sortie de l'autoroute j'ai tourné à gauche, au T encore à gauche, j'ai pris une petite route en face du café "Le bon vieux temps", j'ai continué jusqu'à la pompe à essence, là je l'ai contournée et je suis arrivé dans la rue, une maison blanche sur la droite au milieu de la rue, etc...".

Je me suis mis dans la situation du moment où je serai seul, j'ai habité ma voiture, la route et le futur par avance. Pour cela j'ai piloté mon attention, sélectionné des lieux, repéré des indices appropriés, formulé verbalement les actions. Mon projet de revenir seul a été accueilli par mon anticipation. Je me suis projeté dans le futur et simultanément cette action a eu de l'effet sur le présent : je n'ai pas conduit de façon indifférente, en écoutant la seule voix de mon fils, j'ai vécu et préparé la situation et me suis déjà réjoui de la réussite de l'opération...

"Le présent est mémoire et anticipation." Bergson

1. ANTICIPER ?

S'APPRIVOISER DANS L'A-VENIR.

DONNER A NOS EVOICATIONS PRESENTES UN DEVENIR.

Les champs cultivés autour du concept d'anticipation sont multiples et multidisciplinaires : prévision, prospective, prévention, prophétie, projet, plan, planification, utopie, science-fiction, etc. Toutes ces formes d'anticipation, JP Boutinet¹ les qualifie d'anticipations adaptatives, imaginaires, cognitives, existentielles, opératoires, offensives, défensives, optimistes, pessimistes, désidératives, phobiques, etc. Il y a de quoi faire un futur et un no-future!

1. BOUTINET, JP. (2008) in Education Permanente n° 176, Peut-on (ré)apprendre à anticiper ?, pp.14, 41,42

"La Cigale, ayant chanté tout l'été, se trouva fort dépourvue quand la bise fut venue." J. de la Fontaine

"On reconnaît un philosophe au fait qu'il a anticipé quelque chose de fondamental qui advient par la suite. Penser, c'est anticiper." Michel Serres²

"Je m'intéresse à l'avenir car c'est là que j'ai décidé de passer le restant de mes jours." Woody Allen

Afin de ne pas nous perdre dans ces multiples espaces recouverts par notre concept, nous décidons de ne le labourer ni dans un sens de planification, ni de programmation de ce qu'on va faire; ni dans un sens de faire quelque chose à l'avance; ni dans ses liens avec le principe de précaution comme pour les changements climatiques, la grippe aviaire, etc.

Nous envisageons l'anticipation comme "un fait de conscience, une activité psychique qui amène à la sécrétion constante et implicite **d'une forme d'espace placé par le sujet « comme au-devant de lui-même » dans le temps.**"³ Il se pro-jette, donne et se donne du sens, s'offre un imaginaire personnel d'avenir.

Une littérature relativement récente, en psychologie et pédagogie, nous propose quelques définitions intéressantes de cette anticipation vue comme une projection de soi et une forme de dialogue avec soi :

- *"Acte de faire des choses d'avance. **Mouvement de l'imagination par lequel on se représente, on vit d'avance ce qui arrivera plus tard.**"⁴*
- *"L'anticipation, mouvement par lequel l'Homme se porte de tout son être, **au-delà du présent, dans un avenir proche ou lointain, qui est essentiellement son avenir.**"⁵*
- *"Mouvement de l'imagination par lequel on se représente, **on vit d'avance ce qui n'arrivera que plus tard. C'est une représentation de soi dans l'avenir.**"⁶*
- *"Anticiper, c'est **se projeter dans l'avenir, c'est présenter des résultats attendus, c'est aussi mettre en place des stratégies pour les atteindre !**"⁷*
- *"L'anticipation est la pensée des actes à venir que nous allons produire et des événements à venir. **Il y a une pensée d'avenir de soi acteur ou de soi spectateur.**"⁸*

2. SERRES, M. (2014) *Pantopie : de Hermès à Petite Poucette*, Paris : Le Pommier, p.364.

3. FROMAGE, B. (2008) in *Education Permanente*, op.cit. p.23

4. CARRIC, JC. ET SOUFIR, B. (sept. 2014) *Lexique pour le psychomotricien*, éd. ERA , p.18.

5. De la GARANDERIE, A. Cité par Michèle Giroul in colloque international de Gestion Mentale, Anticipation et projet de sens, Paris : IIGM, p.10.

6. MORILLO, V. (2009) Pour une pédagogie de l'anticipation , in *Anticipation et projet de sens*, op. cit.p.147.

7. VARESCON, I. (2014) Préface in SERIOFF, E. Et allii. (2014) *Psychologie de l'anticipation*, Paris : Armand Colin, p. 9.

8. HAMARD, R. (2009) Anticipation et motricité in *Anticipation et projet de sens*, op. cit. p.109.

- *"(...) l'anticipation implique plusieurs processus dont le raisonnement et l'imagination. L'anticipation relève également de l'adaptation : le sujet crée un lien entre la situation actuelle et la situation à venir."*⁹

Tenant compte de cet éventail de définitions nous pouvons écrire :

L'anticipation est un mouvement de l'imagination où la personne se prépare de façon consciente à résoudre un problème, accomplir une tâche, etc.

Pour ce faire, elle :

- se projette dans l'avenir en tant que spectateur (3^{ème} personne) ou acteur (1^{ère} personne);
- vit mentalement la tâche à accomplir dans tous ses détails;
- se représente les résultats attendus;
- se voit en train de réussir;
- met en place des stratégies et des outils pour les atteindre.

Au moment de la réalisation de la tâche ou de la résolution du problème, la personne :

- se demande si la situation anticipée préalablement peut convenir, si elle est proche de la situation présente;
- les compare c-à-d en voit les ressemblances et les différences;
- adapte ses outils et ses stratégies à ce présent.

Cette démarche permet ainsi :

- de réduire l'incertitude;
- d'avoir un comportement piloté et adapté.

Bref, l'action d'anticiper est en quelque sorte : une manière personnelle d'**apprivoiser son avenir et de s'apprivoiser en ad-venir.**

L'anticipation présentée de la sorte, avec une préoccupation que nous espérons pédagogique et éducative, nous permet d'en révéler les différentes étapes. C'est un travail où **le sujet engage tout son être**, pas seulement ses capacités cognitives mais l'ensemble de ses sens et de ses émotions. Et tout ce mouvement d'animation du futur pourra doper la source de sa propre action présente. Nous remarquons ainsi que :

*"L'anticipation est un mécanisme psychologique curieux, paradoxal, qui amène l'individu à se projeter au futur et simultanément à en recueillir au présent l'appel à agir pour... ce futur. A chaque instant, l'à-venir est en marche."*¹⁰

9. BARRAULT, S. ET BONNAIRE, C. (2014) Défaut d'anticipation chez les joueurs pathologiques : le rôle de l'impulsivité, in SERIOFF, E. Et alii. (2014) Psychologie de l'anticipation, op. cit. p. 75.

10. FROMAGE, B. (2008), op. cit. n° 176, p.24

2. SANS IMAGINER LE FUTUR IL Y A PERIL EN LA MEMOIRE...

*"Lorsque la conscience de l'être humain apprend quelque chose, elle peut mettre dans son projet de sens le soin de le redonner dans son avenir."*¹¹ La Garanderie

"L'habituel défaut de l'homme est de ne pas prévoir l'orage par beau temps." Machiavel

"Monsieur, je ne connais plus rien!" Et il resta à quai, à quia ... LF

Alors comment transformer ces acquis en bien durable ? Comment éviter la douce érosion du temps qui passe, l'asphyxie ou l'embouteillage neuronal ?

A de La Garanderie a constaté que les bons élèves, ceux qui réussissent - pas les "pourraient nettement mieux faire", pas "les oiseaux pour le chat"- s'imaginent un moment dans la salle d'examen, la salle de classe, le jour des contrôles, se voient mentalement en train de passer l'examen, de rédiger le contrôle. Et cela, constate-t-il, leur est utile. Ils se sont transportés dans un futur, leur futur : candidats en train de passer l'examen. Ainsi, le jour de l'examen, non seulement le stress diminue puisque la situation semble avoir déjà été vécue, mais de plus la matière enregistrée a acquis un sens, une utilité par rapport à cet exercice spécifique.

Ils envisagent, seuls ou en groupe, les questions qui pourraient leur être soumises. Ils formulent des réponses et s'entraînent plusieurs fois à y répondre et à les présenter.

C'est le fait d'avoir installé la matière, les questions, les réponses dans leur futur, de leur avoir donné un à-venir, de s'être projeté qui leur permet de retrouver cette matière.

Le futur serait-il donc le conservatoire de nos souvenirs ? Bizarre, non ? C'est pourtant, semble-t-il, comme ça qu'ils sont accessibles !

Si l'information est à disposition au moment où j'en ai besoin, c'est parce que je lui ai donné une réalité, une vie dans le futur au moment où je l'ai enregistrée.

Ceci demande une bonne dose d'initiative, d'optimisme, de confiance en soi et la volonté de piloter nos évocations pour un passeport vers le futur. Sinon

11. DE LA GARANDERIE. A. (2009), op. cit. p.15.

le voyageur, comme cet élève, restera à quai, avec dans la tête un futur qui n'aura été qu'un paradis éphémère!

Toutefois, même si ce n'est pas en lien direct avec notre propos, nous rappelons que si l'anticipation est un moment de la mémorisation, d'autres sont nécessaires comme les réactivations qui doivent être nombreuses et variées :

- nombreuses, car pour éviter l'oubli dans la mémoire à long terme, il est indispensable de réactiver régulièrement la puissance d'évocation que nous avons donnée aux informations mémorisées. Si les réactivations seront rapprochées directement après l'apprentissage (20' - 1h), elles s'espaceront par la suite (9h- 1j - 2j - 6j - 30j).
- variées, car elles peuvent prendre plusieurs formes : relire en détails, hiérarchiser, comparer, différencier l'essentiel de l'accessoire, réaliser une nouvelle structure, entrer par ailleurs, mettre des liens avec ce qu'on sait déjà, illustrer, etc.

3. "ANTICIPER, C'EST S'ENTRAINER A REUSSIR"¹² ET REUSSIR, C'EST S'ENCOURAGER A ANTICIPER.

"(...) penser l'échec avant de s'élancer, c'est le programmer. Penser qu'on va échouer va déterminer l'échec. J'ai souvent vu des élèves en situation d'échecs répétés qui avaient anticipé en fait un échec." ¹³ Raphaël Hamard.

"Anticiper, c'est s'entraîner à réussir" ... et le faire plusieurs fois!!!

Raphaël Hamard dans l'article cité distingue trois temps dans l'anticipation : le premier est de penser à ce que je vais faire et de le penser en réussite sans me laisser submerger par l'émotion¹⁴, le stress, l'anxiété, l'inhibition, l'impuissance, etc; le second est de me parler, de commenter ce que je viens de faire ce qui m'aide non seulement à me concentrer mais me rend aussi prêt à modifier mon action; le troisième temps fait retour sur, est une rétroaction qui vient valider ou non ce que j'ai fait et me conduit à maintenir mes façons de faire ou à les modifier, ce qui va donner du sens à une nouvelle

12. SOTTO, A. et OBERTO, V. (2013) Une mémoire pour la vie, éd. Ixelles, p. 119.

13. HAMARD, R. (2009) op. cit. p. 134.

14. Alain Berthoz précise que pour lui "l'émotion n'est pas seulement réaction : "elle est aussi anticipation; c'est un mécanisme de création d'un contexte qui permet de prédire les conséquences de l'action. Pour moi, l'émotion est aussi un mécanisme qui a été inventé au cours de l'évolution pour donner une espèce de contexte à la prédiction. C'est pour cela que je dis : "L'émotion est à l'action ce que la posture est au geste". Bersntein disait "la posture est préparation du mouvement" ce que savent les danseurs. Une posture, ce n'est pas être là à attendre l'autobus ; la posture c'est déjà l'action. On ne peut pas faire une action si on n'a pas la posture qui convient. L'émotion est à l'action ce que la posture est au geste. L'émotion est préparation du contexte et elle est en même temps prédiction. Comme disait Sartre : elle est transformation du monde pour permettre une action." BERTHOZ, A. (22 mai 2003, entretien mené par Odile Rouquet. <http://www.rechercheenmouvement.org/spip.php?article10>)

anticipation. Je deviens donc spectateur de moi acteur, j'ouvre la fenêtre et je me regarde passer... Metamoi!

"Donc, anticipation et rétroaction sont deux actions mentales indissociables qui se nourrissent l'une de l'autre dans une perspective du développement de la motricité (...) C'est grâce à elles que nous pouvons nous détacher de nos habitudes et de nos dépendances."¹⁵ C'est donc autant d'actions libérantes, puisque ayant ainsi pris conscience de tous ces signaux personnels qui m'alertent, je pourrai mieux contrôler mes gestes mentaux.

Afin d'insister sur l'importance du couple anticipation-réussite, je citerai Alain Sotto et Varinia Oberto qui à partir de l'exemple d'un footballeur en parlent de façon éclairante :

*"La mémoire du futur est déterminante pour la réalisation de performances sportives. Michel Platini, qui fut considéré comme le meilleur footballeur de son temps, avait l'habitude de faire des vidéos mentales de ses partenaires et de ses adversaires en action, accompagnées de brefs commentaires sur leurs façons de se déplacer ou de se positionner sur le terrain. Il ne mémorisait jamais un tir raté mais se repassait immédiatement l'action afin d'imaginer ce qu'il aurait fallu faire pour marquer un but dans cette configuration. Ces évocations mentales lui servaient à mémoriser ce qui pourrait lui être utile. Ce faisant, il construisait des modèles de jeu, créait de possibles stratégies. Il utilisait le passé pour être performant dans le futur. Il s'y projetait."*¹⁶

Ces grands sportifs qu'ils soient ou recordman ou compétitif jouissent d'une grande anticipation de réussite. Alors, comme eux, pourrions-nous y prendre du plaisir ?

4. ANTICIPATION : QUAND ECRIVAIN ET LECTEUR MARCHENT ENSEMBLE POUR LE PLAISIR.

*"Un texte est une machine paresseuse qui exige de ses lecteurs qu'ils fassent une partie du travail (...)"*¹⁷
Umberto Eco

En lecture, nous pouvons aussi user d'anticipation. Quand ? Et pourquoi ?
"Avant de lire un texte, le lecteur efficace se prépare de différentes façons : il se pose des questions, il fait des prédictions, il se livre à une intention de lecture. Pour ce faire, il utilise trois sources d'information : 1) sa connaissance des types de textes (...); 2) ses connaissances sur le thème

15. HAMARD, R. (2009) op. cit. pp. 136-137.

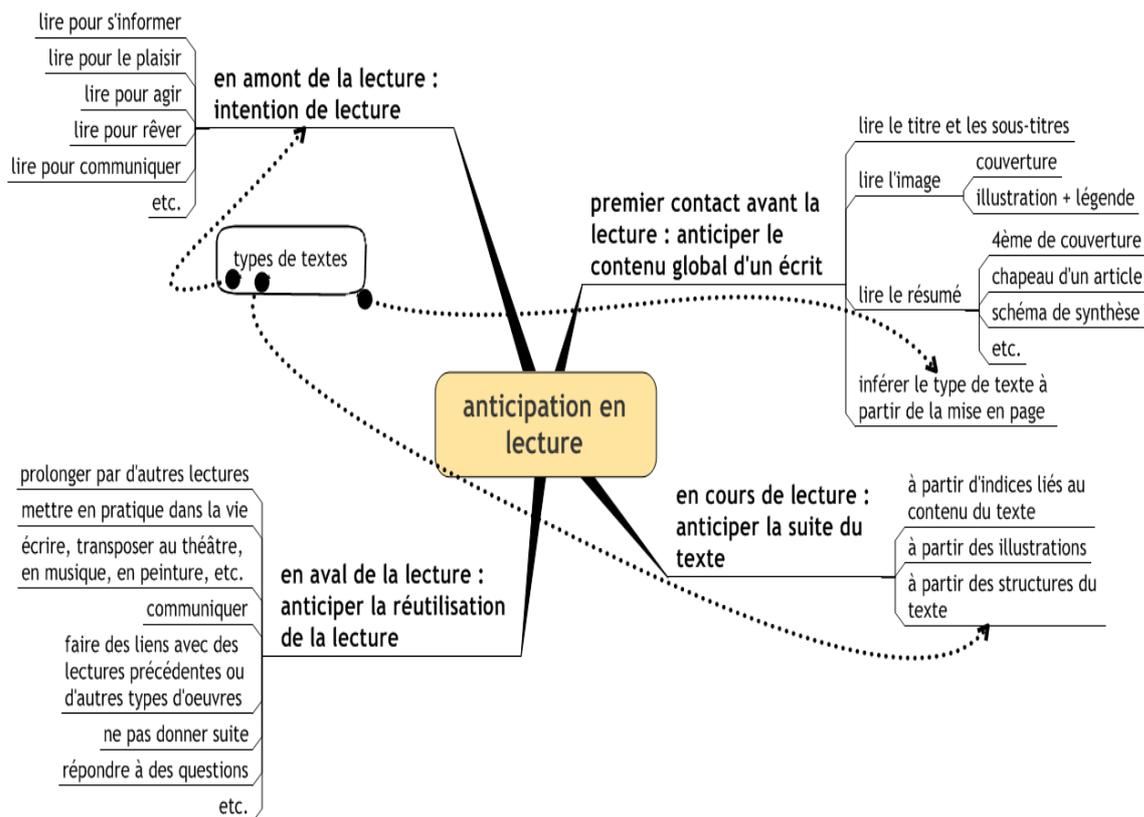
16. SOTTO, A et OBERTO, V. (2013) Une mémoire pour la vie, op. cit. p. 119.

17. ECO, U. (2013) Confessions d'un jeune romancier, Paris : Grasset, p.43.

traité ; 3) les indices fournis par le texte lui-même, tels le titre, les intertitres ou les graphiques."¹⁸

Et comme les auteurs ont l'habitude de laisser des trous, « Toute lecture donne lieu à des inférences : les auteurs ne décrivent pas les situations dans les moindres détails, mais laissent des blancs que les lecteurs doivent combler »¹⁹ en prenant différents indices pour émettre des hypothèses de sens qu'ils devront confirmer, infirmer, modifier, en lisant la suite du texte. La compréhension du texte se fait donc par la formation d'une représentation mentale issue des données explicites du texte mais aussi à partir de nos propres connaissances et de ce que nous sommes.

Hélène Delvaux et Anne Moinet ont travaillé ces moments d'anticipation dans l'acte de lecture. Lors d'un atelier qu'elles ont mené au Colloque de l'IIGM à Paris en octobre 2009, elles ont essayé avec les participants de mettre en évidence les moments d'anticipation dans l'acte de lecture. Ces moments sont au nombre de quatre. Nous reproduisons ici le schéma qu'elles ont présenté dans les actes.²⁰



Les sources de plaisir peuvent être nombreuses : émettre des hypothèses avant la lecture et pendant celle-ci, pouvoir les vérifier dans la suite, voir si le

18. GIASSON, J. (2010) La lecture. De la théorie à la pratique. Bruxelles : De Boeck, p.225.

19. GIASSON, J., id. p.236.

20. MOINET, A. et DELVAUX, H. (2009) Actes du colloque international de Gestion Mentale, op. Cit., p.74.

texte les légitime, les encourage, ou non ; me mettre mentalement dans des situations où je pourrai vivre ou réutiliser des choses lues, où j'éprouverai le besoin de réécrire ce texte ou d'écrire du neuf, ...

5. "SOYEZ PRET à ETRE SURPRIS"

L'anticipation dont nous venons de parler est une façon d'être qui demande probablement beaucoup d'optimisme et engendre sûrement du bien-être. Un optimisme et un bien-être libérateurs, réalisateurs de la personne.

Mais attention, si, un jour, vous pensez avoir tout anticipé dans les moindres détails, "*Soyez prêt à être surpris*" (*Svâmi Prajnâpad, hindouiste*).

Il y aurait encore tant à écrire... croiser le fer entre anticipation et apprendre, anticipation et transfert, anticipation et peur, anticipation et empowerment, anticipation et inhibition, anticipation immédiate et lointaine, ...

Mais "ses yeux bleus, à côté de moi, brillent d'anticipation". Je me dois donc de conclure ici! Inférences vertueuses quand je vous tiens...

Moha, novembre 2014
LUC FAUVILLE