

## **GROUPE DE PERFECTIONNEMENT SYSTEMIQUE**

### *Les Interventions Systémiques Coopératives : le Cadre Implicite*

#### **Les émotions, leur identification, leur dénomination**

Rappelons que le Cadre implicite repose pour nous sur l'acceptation inconditionnelle supposée des consultants par les accompagnants.

Le premier travail à effectuer pour mener à bien une « *méchante connotation positive* » c'est d'identifier son propre ressenti et de se préparer à le nommer de façon à le remettre en circulation d'une manière adaptée au contexte de travail dans lequel on se trouve.

Un ressenti est toujours un mélange de sensations d'origines diverses, très différentes. Il ne peut être attribué à une cause unique précise. En effet, les ressentis sont la résultante de *l'intégration instantanée* de toutes les influences, souvent contradictoires – internes et externes - que vit une personne.

De plus, nommer une émotion, c'est déjà l'interpréter et l'élaborer, alors qu'elle est ce mélange de sensations et de perceptions diverses. Entre les différentes facettes d'un ressenti, chacun développe des habitudes de « lecture », de sélection et d'amplification de ses émotions « préférées », et ce dans des limites compatibles avec ses habitudes.

#### **Identification préférentielle**

L'Analyse transactionnelle présente cette réorientation de l'émotion comme étant parfois la substitution d'une émotion acceptée (ou considérée comme plus valable, compatible avec l'image de soi et ses valeurs) à une émotion non acceptée. Elle parle alors « d'émotion-racket ». Il semble préférable, pour éviter cette connotation négative, de considérer qu'il s'agit davantage de l'amplification d'UNE facette d'un ressenti complexe.

Par contre, une émotion qui n'apparaîtrait jamais dans le vécu conscient d'une personne signale la difficulté à la reconnaître, à l'assumer, à l'intégrer et à accepter qu'elle soit socialement perçue.

L'inévitable « travail » de mise en forme de l'émotion étant instantané, celle-ci apparaît comme « spontanée » et « authentique »

#### **Les expressions des ressentis**

L'expression de l'émotion est modulée par le contexte. Il faut tenir compte des personnes devant lesquelles cette expression a lieu.

Toute émotion a plusieurs fonctions qui font référence à des théories causales différentes :

- émotion-expression d'un ressenti interne
- émotion-cause d'une réaction comportementale non voulue
- émotion-effet d'une cause à laquelle la rapporter
- émotion stratégiquement utilisée
- émotion-métacommentaire à propos d'une transaction ou d'une relation...
- 

Mais on peut aussi considérer les émotions comme des **informations à double entrée** :

- elles disent quelque chose à propos de la personne qui la ressent
  - elles disent quelque chose à propos des personnes avec lesquelles on les ressent
- C'est cette dernière option qui sera utilisée dans une vision systémique*