

Masqués en vérité

Florence Lautredou, coach, psychanalyste, membre associée de la SFCoach

« Bonjour, vous avez du gel dans l'entrée Les toilettes, au bout du couloir, il y a du gel aussi... Pareil à côté de votre fauteuil dans le bureau ».

Voici en résumé et parfois en mode raccourci : « Bonjour, le gel, là » suivi d'un un geste de la main vers le flacon de la salle d'attente- cela c'est pour les clients de longue date ou encore en fin de journée quand les salamales sanitaires pèsent, voici donc résumées mes formules d'accueil depuis mai dernier.

Les clients arrivent, masques sur le visage. Certains, rassurés par la ventilation du bureau aux grandes fenêtres largement ouvertes, ainsi que par la distance entre nos fauteuils, bien supérieure au mètre recommandé, le baissent. D'autres préfèrent le garder. Moi-même je reste masquée. Enfin, d'autres encore, loin de ces sujets de masques et de déplacements physiques, privilégient la séance à distance, installés derrière leur ordinateur. Chacun agit en son âme et conscience. La coach et psychanalyste que je suis agis de même. Toutefois, séance après séance, j'observe une évolution ces derniers jours.

Cette évolution ne touche pas tant la relation entre mes clients et moi, le besoin d'accompagnement restant fort, perçu comme essentiel en ces temps inédits. Non j'observe une évolution de la relation que les nos clients entretiennent avec eux-mêmes. Est-ce le fait de ne pas se voir vraiment quand ils croisent leur reflet masqué dans un miroir ? Est-ce l'absence de réponse des autres à leur présence banalisée par le masque ? Les yeux restent, certes. On dit qu'ils sont le miroir de l'âme. Je le crois, me perdant volontiers dans les paysages des iris de mes aimés. Toutefois, ce miroir de l'âme que sont les yeux se perçoit plus aisément dans un ensemble cohérent. Bien ancrés dans un visage dévoilé, on les voit mieux. Le masque induirait la dissonance ? Mes clients ne reconnaissent pas les personnes qui leur parlent quand ceux-ci retirent leur masque. Ils ont imaginé autre chose que ce qu'ils voient. Un séminaire animé par un coach masqué peut donner des résultats en termes de réflexion, d'avancées intellectuelles, de genèse de nouvelles idées. Toutefois la qualité de connexion, la spontanéité des échanges, les subtilités d'expression et surtout le plaisir, peuvent en pâtir. Cela je le ressens et l'observe, ce phénomène qui peut aussi induire un affaiblissement de la relation, à l'autre et avant tout à soi. Si je ne puis me connecter visuellement à cet autre que je ne connais pas, si je ne peux m'arrimer à l'ancrage qu'est son visage, mon lien risque de s'altérer, limité à la nature instrumentale de l'interaction que la situation autorise- et le terme n'est pas neutre en ce moment. L'autre en miroir me renvoie une image partielle, physiquement réduite- image que je me fais un plaisir de lui retourner. L'indifférence menace. Soit l'inverse même de l'amour -qui n'est pas la haine, comme nous le savons, cette manifestation paroxystique ne reflétant que la face sombre d'un amour qui ne peut s'exprimer sous son mode lumineux.

La relation à l'autre et qualité du lien qui m'unissent à lui, surtout s'il est neuf dans ma vie, se voient compromises. Et si je le connais et je l'apprécie cet autre, je me vois empêché dans les manifestations physiques de mon affection : bises, étreintes, ces facéties corporelles du monde d'avant. Pour les « tactiles » et autres kinesthésiques, cela peut affecter le sentiment de réalité, la densité d'être, l'ancrage corporel sur terre, parmi les frères humains, ces êtres de chair et de sang. Les gouvernements l'ont compris, ce besoin, d'où la dérogation étonnante à première vue,

d'accorder un répit du masque à qui s'assied pour boire ou manger entouré de ses semblables dans un café ou un restaurant (sauf dans certaines villes où le virus circule plus fort). Tu consommes. Tu vois l'autre en entier. L'autre te voit en entier. Ta nature reptilienne et limbique te protège. Tu manges, tu bois sans masque. Au-delà du caractère pratique évident de cette mesure, compréhensible d'un point de vue économique et malgré les rires des trentenaires adeptes des *happy hour* soir après soir, j'observe néanmoins une altération de la relation à soi-même. Masqués au milieu d'une masse elle-même masquée en transport, en entreprise et dans la rue, certains de mes clients s'affaiblissent, pâlisent, s'effacent au monde et à eux-mêmes.

Le visage portant leur identité, tout se passe comme si cette bande de papier couleur couche culotte étalée sur leur nez les rayait à leur propre conscience. Et aussi dans le renvoi spéculaire de l'autre, premier miroir lui-même altéré par la même bande bleue. Réduction de la présence faciale, réduction de la conscience? Si l'autre ne me voit qu'à minima, je n'existe qu'à minima. L'écran d'ordinateur qui me virtualise ou le masque qui me limite altèreraient mon impact, l'effet objectif, physique que j'aurai le sentiment d'exercer sur l'autre? Comme une déréalisation qui porterait sur soi, avant tout. A l'inverse, imperméables au contexte et dotés d'un ego indéfectiblement positif, certains managers se targuent auprès de leur entourage de rester charismatiques. « *On est leader ou on ne l'est pas. Même en visio* ». Pourquoi pas, mais pour combien de temps?

La présence, l'aura, le charisme : ce qui caractérise la densité d'une présence humaine, se qualifie souvent par ces termes flous, non scientifiques, non modélisables, réticents aux algorithmes. Ils restent essentiels, pourtant, au cœur même de l'expérience de l'altérité, cette magie pure de la relation à l'autre. Ne parle-t-on pas d'un « visage ouvert », ou bien de parler « à visage découvert »? Depuis quelques mois, les spécialistes de l'enfance remarquent que les bébés s'affolent en découvrant les masques, et pas seulement parce que nous arborons sur le nez ce qu'ils portent plus bas! Ils ont besoin d'un temps d'adaptation à ces visuels déroutants et, surtout, d'installer d'autres décodages propres à effacer ce sentiment d'effroi, source d'anxiété à terme.

Nos clients ne sont pas des bébés. Nos métiers ne sont pas des halte garderies ou autres crèches prodiguant soins et soutien inconditionnel. Cela dit, nous le savons, sans conscience de son identité propre, il ne peut y avoir conscience de celle de l'autre, gage d'un échange authentique. Il faut bien un *Je* pour le « Je pense » et surtout « Je ressens », du côté du coach comme du coaché. Alors en ces temps de contacts sociaux empêchés, de précautions sanitaires impératives, nous accompagnants, avons un devoir essentiel, indépendamment de l'engagement déontologique intrinsèque à notre activité. Un vrai devoir amplifié, intensifié par nos conditions mêmes d'exercice. Un devoir de présence. De la présence vraie, intense, fine, attentive aux micro-signaux, aux plis autour des yeux, à la posture de l'autre, à son corps, à sa respiration, à son débit, à ses gestes.... Bref une présence intensifiée par tous nos capteurs, en éveil, à même de saisir ce que la parole ne dévoilera jamais. Il est clef d'intensifier notre présence à cet autre masqué, ou encore éloigné derrière son écran. Il se sent réduit par son masque? Nous l'amplifions. Il s'affadit? Nous poussons la palette graphique pour qu'il retrouve ses couleurs. Cette attention renouvelée nous impose d'autres devoirs et sans doute d'autres rituels. Centrage essentiel avant les séances. Présence thérapeutique authentique. Ecoute active. Vigilance de tout notre corps afin de saisir ce que le corps de l'autre exprime. Veille sensorielle. Cette crise nous pousse à sortir du mental et de sa prégnance manifeste dans un dialogue de type coaching. Elle est l'occasion d'affiner nos pratiques et de nous ramener aux basiques de l'accompagnement :

La présence à moi-même. La présence à qui me parle. Masqué, certes, mais en vérité.