

## **Exemple d'entretien micro-phénoménologique<sup>1</sup>**

### **"Pense à un éléphant"**

J. Alors Chantal, je t'ai parlé tout à l'heure d'un objet, en fait je t'ai un peu menti. Ce n'est pas à un objet que je vais te demander de penser. Je vais te demander, là maintenant, de penser à un éléphant.

C. silence (5 secondes), puis fait un signe de tête en souriant.

J. Ok. Alors ce qu'on va faire, maintenant, c'est... comment je pourrais te dire ça ? C'est un peu comme si on avait un magnétoscope : on va revenir en arrière, puis on va repasser la séquence, et puis on va voir comment tu as fait pour penser à cet éléphant. Ok ? Donc c'est très facile, puisque tu viens de le faire, donc on va juste se remettre en arrière, et pour cela je vais te demander de te replonger dans cette expérience. Rappelle-toi, j'ai commencé par te dire que je t'avais menti : je voudrais que tu réentendes ma voix te dire : "Je t'ai menti. Ce n'est pas à un objet que je vais te demander de penser, je vais te demander de penser à un éléphant." Alors tu as fait quelque chose, il s'est passé quelque chose. Au moment où je t'ai dit : "Pense à un éléphant", comment tu as fait, qu'est-ce qui s'est passé ?

C. La première chose qui s'est passé c'est le noir, c'est-à-dire que l'écran n'était pas illuminé. Ou plutôt il s'était remis à zéro, il s'était effacé, puisque effectivement je n'étais pas préparée à évoquer un éléphant.

J. Je vais souvent répéter ce que tu me dis, ce qui va me permettre d'abord de vérifier que je t'ai bien compris, et puis au fur et à mesure des informations moi ça va m'aider à mémoriser. N'hésite pas à me dire si je me trompe, car ça peut m'arriver, si ce que je répète n'est pas exactement en rapport avec ce que tu as fait, ce que tu as vécu, ok ? En fait, d'après ce que je comprends de ce que tu as vécu, il y a eu moi qui dit : "Pense à un éléphant", et ce que tu me dis c'est qu'il y a d'abord eu le noir, ou plus exactement il y a eu l'écran, puis l'écran s'est remis à zéro parce que tu n'étais pas prête à évoquer un éléphant. Tu peux me décrire cet écran ? Reviens en arrière. Tu me disais : "Il y a cet écran, il y a le noir." Comment il se remet à zéro, cet écran ?

C. (...) Je pense que... progressivement.

J. Progressivement...

---

<sup>1</sup> Appendice à la version française de l'article Claire Petitmengin, "Describing one's subjective experience in the second person: an interview method for the science of consciousness", *Phenomenology and the Cognitive Science* (2006) 5:229-269

C. Les images s'effacent pour laisser la place à quelque chose de nouveau.

J. Progressivement, les images s'effacent pour laisser la place à quelque chose de nouveau. Ce que tu vas faire maintenant, Chantal, c'est que tu vas retourner dans cette expérience. Réentends ma voix. Je t'ai dis, souviens-toi, je t'ai dit : "Chantal, tout à l'heure je t'ai menti. Ce n'est pas à un objet que je vais te demander de penser, je vais te demander de penser à un éléphant". Et puis il y a cet écran, et tu me dis qu'il y a des images sur cet écran. Qu'est-ce qu'il y a comme images sur cet écran ?

C. (...) Quand tu as dit que c'était pas des objets, disons les quelques objets auxquels j'avais vaguement pensé, hé bien il fallait les gommer.

J. Il fallait les gommer.

C. C'est pour ça que j'ai tiré un écran.

J. Tu as tiré un écran pour pouvoir les gommer ?

C. (...) Pour les éloigner. Ils étaient assez flous mais ils se sont éloignés au fur et à mesure que l'écran s'ouvrait.

J. D'accord. Un écran qui est venu se mettre par devant ?

C. Par devant. Très... très nettement. De gauche à droite.

J. Très nettement, de gauche à droite.

C. Devant moi, je le voyais de gauche à droite.

J. Tu le voyais arriver de gauche à droite, et il est venu devant toi.

C. Voilà.

J. Quelle taille il avait cet écran ?

C. ...

J. Retrouve-le, recommence. Maintenant tu fais ça très bien. Repars en arrière, retrouve ma voix : "Tu sais Chantal, je t'ai menti. Ce n'est pas à un objet que je vais te demander de penser. Je vais te demander de penser à un éléphant." Et puis il y quelques objets résiduels, et cet écran. Il est de quelle taille cet écran ?

C. (...) Il est pas très grand, mais il remplit quand même tout l'espace que je vois.

J. Il est pas très grand, mais il rempli quand même tout l'espace que tu vois.

C. Il a à peu près un mètre sur quarante centimètres, plus large que haut.

J. D'accord. Cet écran qui arrive de gauche à droite, à peu près un mètre sur quarante centimètres, plus large que haut, quelle couleur a-t-il ?

C. Ah, il est noir.

J. Il est noir, c'est ce que tu disais au début : il y a le noir, ou plutôt il y a l'écran. D'accord, on

a un peu plus de précisions sur ce tout petit moment. Je vais te demander une dernière vérification par rapport ça. On n'a pas encore fini l'entretien, puisque pour le moment on est dans la préparation de la venue de cet éléphant. On sait qu'il y a ces objets, il y a cet écran qui arrive de gauche à droite, un mètre sur quarante centimètres, qui est noir. Vérifie s'il n'y a pas autre chose dans ton expérience : est-ce qu'il y a des sensations ? Est-ce qu'il y a des sons ? Vérifie. Repars en arrière.

C. (...) Oui, il y a quelques bruits des objets qui reculent, de l'écran qui s'ouvre. Un petit bruit, un petit bruit qui... qui me dit qu'il se passe quelque chose.

J. Un petit bruit qui te dit qu'il se passe quelque chose, qui te renseigne sur...

C. Qui me renseigne... oui, sur l'ouverture de cet écran.

J. Voilà, l'écran est là... qu'est-ce qui se passe juste après ? C'est très important de repartir à zéro, parce qu'au fur et à mesure, peut-être que tu vas prendre conscience d'autres éléments, ou pas, ou que ce n'était pas exactement comme ça. Parce qu'on rentre de plus en plus profondément dans cette expérience de penser à un éléphant. Reprends à zéro. Prends conscience de ce qui s'est passé pour toi tout de suite après l'ouverture de cet écran.

C. (...) En fait, je crois que l'écran il n'occupait pas tout l'espace. En fait je crois qu'il y avait déjà du mouvement, du mouvement en bas... de l'écran. C'est-à-dire que les objets vaguement candidats s'éloignaient, l'écran s'ouvrait, et des choses se passaient un peu devant l'écran

J. Des choses se passaient devant l'écran...

C. Des choses indistinctes, mais qui bougeaient un petit peu.

J. D'accord. Il y a avait un mouvement...

C. Voilà, un mouvement. Oui, donc ce n'était pas le vide. C'était quelque chose qui... un signe de...

J. Un signe de quoi ?

C. ... pas forcément de vie, mais... d'animation.

J. Et si tu veux... parce que tout ça c'est très court, ça s'est passé très rapidement, presque comme ça (claquement de doigts). Pour situer dans le déroulement, tu vas me dire à quel moment les objets ont reculé, l'écran est arrivé... comment ça s'est organisé tout ça ? Pour me dire ça, tu as les mots que j'ai prononcés, c'est à partir de quand ? Quand je t'ai dit : "Tu sais Chantal, je t'ai menti. Je ne vais pas te demander de penser à un objet, je vais te demander de penser à un éléphant". Voilà, tu as les mots. Comment ça s'est déroulé ? Refais-le.

C. (...) Donc, "Je t'ai menti" : ça devient gris marron, les objets n'étaient pas très distincts mais il y avait quand même une forme, et... après il y a un temps de... de suspens,

parceque... parcequ'en fait j'ai eu l'idée que tu allais me demander de penser à une personne.

J. Tu as eu l'idée, ça c'est intéressant, entre le moment où je t'ai dit : "Je t'ai menti Chantal, je ne vais pas te demander de penser à un objet", et le moment où l'écran noir apparaît de gauche à droite, tu as l'idée que je vais te demander de penser à une personne. C'est bien ça ?

C. C'est ça.

J. C'est encore une séquence qui vient s'insérer. On ne va pas l'explorer cette séquence. Ce que je te propose c'est, parce qu'il était sympa l'éléphant, et je voyais que tu avais un grand sourire en pensant à cet éléphant, on va continuer à aller vers cet éléphant. Laisse se dérouler cette séquence : "Je t'ai menti Chantal, je ne vais pas te demander de penser à un objet, je vais te demander de penser à un éléphant". Les objets reculent, l'écran noir arrive de gauche à droite, et puis qu'est-ce qui se passe après ?

C. (...) Alors là, du bas de l'écran...

J. Du bas de l'écran ?

C. De devant l'écran. C'est-à-dire que quand tu as dit : "éléphant", là mon écran était tiré. C'est-à-dire que... il s'est tiré vite, oui. Là je pouvais faire quelque chose. Donc pour remplir l'écran, de devant, il y a quelque chose qui est apparu, et qui ne m'a pas plus, parce que je me suis dit qu'éléphant c'était autre chose, et donc j'ai fait surgir un autre éléphant.

J. D'accord, d'accord. Quand je dis : "éléphant", ton écran est déjà tiré, il y a ce mouvement qui est là, ce mouvement un peu indistinct dont tu parlais tout à l'heure, qui est là sur le devant de l'écran. Quand je dis "éléphant", est-ce que ce qui surgit en premier, ça vient de cette zone là, un peu indistincte, ou bien d'une autre zone de cet écran ? Refais-le, le mieux c'est que tu le refasses. "Je t'ai menti Chantal, je ne vais pas te demander de penser à un objet, je vais te demander de penser à un éléphant."

C. (...) Ah non, il surgit d'ailleurs. C'est-à-dire que j'ai d'abord dit : "Eléphant, Asie"...

J. Tu as dit : "Eléphant, Asie". Tu as prononcé ces mots là en dedans de toi, tu t'es parlé à toi-même.

C. Ensuite, il y a un maharaja qui est apparu, sur son éléphant... Donc là il était sur l'écran (...) Et là j'ai voulu transformer.

J. C'est ce que tu disais tout à l'heure : tu as dit : "Ce n'est pas ça un éléphant", et tu as fait surgir autre chose.

C. Non, je ne me suis pas dit ça. J'ai dit : "Je ne veux pas de cet éléphant-là".

J. Exactement, tu as dit : "Je ne veux pas de cet éléphant-là."

C. Parce que... il y en a un autre qui attend.

J. Comment tu savais qu'il y en avait un autre qui attendait ?

C. (...) Parce qu'il était à gauche, à gauche de l'écran... il y avait quelque chose... qui attendait.

J. Il y avait quelque chose qui attendait à gauche de l'écran.

C. Et là je me suis rappelé... où il était, cet éléphant-là. Je me suis dit que c'était celui-là que je voulais... voir.

J. Je refais toute la séance, pour voir si j'ai bien intégré tout ça. Et en même temps ça te permet à toi de vérifier en refaisant tout ça, de vérifier si on est juste dans cette description. Ça a commencé comme ça : j'ai dit : "Tu sais Chantal, je t'ai menti. Je ne vais pas te demander de penser à un objet, je vais te demander de penser, ici et maintenant, à un éléphant". Là ton écran est déjà placé. Tu te dis : "Eléphant, Asie". Et il y a un maharaja sur son éléphant qui arrive. Et en même temps tu sais qu'à gauche il y a quelque chose qui attend. Tu te dis : "Je ne veux pas de cet éléphant-là." Là tu te rappelle qu'il y a un éléphant, de là où il est, et il arrive...

C. Et il apparaît peu à peu. Il se dévoile peu à peu sur l'écran.

J. En partant de la gauche ? Comment ça se passe ?

C. Non, il attendait sur la gauche, mais il se... parce que... c'est une image d'éléphant que j'ai vu il y a peu de temps... inhabituelle. Donc il a fallu me concentrer un petit peu pour retrouver les détails.

J. Pour retrouver les détails, tu as du te concentrer. C'était quelque chose... c'était une image qui attendait à gauche, qu'est-ce que c'était ?

C. Non, ce n'était pas une image qui attendait à gauche. C'était quelque chose. C'était une *présence*.

J. C'était une présence. Et c'est cette présence qui te fait te souvenir de cet éléphant, en tous cas qui t'indique qu'il est là, et là tu te concentres pour te souvenir de ses détails.

C. C'est ça.

J. Et après, ça apparaît progressivement, peu à peu. Comme un fondu enchaîné, comment ça apparaît ?

C. Après c'est moi qui place un peu les... les détails.

J. C'est toi qui place les détails.

C. Oui.

J. Comment tu fais pour placer les détails ?

C. Je place d'abord ce qui est autour, parce que c'est une image qui est extraite d'un

documentaire, pendant la guerre du Vietnam, où on voit donc un éléphant pousser... aider à pousser des camions pour les désembourber. Donc il a fallu que je voie le décor, les arbres, la boue, les camions... et donc cet éléphant. (...) Oui, cet éléphant est apparu en dernier.

J. Cet éléphant est apparu en dernier. Donc là, effectivement tu avais accompli la consigne de penser à un éléphant. C'est à ce moment-là que tu as su que la consigne était réalisée. A quel moment tu as su : "Ok, je pense à un éléphant" ? A quel moment ?

C. Oui, quand je l'ai vu... quand je l'ai vu bouger.

J. Quand tu l'as vu bouger, quand tu as vu l'éléphant bouger dans ce décor que tu avais reconstitué, là tu savais que la consigne était atteinte. Si tu veux bien, on va juste refaire encore un petit passage, j'ai encore une ou deux questions à te demander. Il me paraît intéressant de voir comment tu te dis tout ce que tu te dis, c'est-à-dire : "Eléphant, Asie", "Je ne veux pas de cet éléphant-là". Donc on va reprendre la séquence, je vais te questionner sur ces aspects auditifs de ton expérience. Je te dis : "Je t'ai menti Chantal, je ne vais pas te demander de penser à un objet, je vais te demander de penser à un éléphant". Puis l'écran est déjà là. Tu te dis : "Eléphant, Asie". Juste après, le maharaja apparaît.

C. Oui, j'entends beaucoup de choses, bien sûr. J'entends beaucoup de choses parce que... Asie, maharaja... ça veut dire... j'entends... les images que je vois sont celles où il y a de ces images un peu stéréotypées de maharajas, donc j'entends le bruit de ces films, c'est ça que j'entends.

J. D'accord, auditivement, il y a plusieurs choses. Est-ce qu'on peut dire qu'il y a d'une certaine façon ta voix intérieure qui dit : "Eléphant, Asie", et l'image qui apparaît avec le son de l'image.

C. Voilà.

J. "Eléphant, Asie", c'est ta voix intérieure qui dit ça. Elle vient d'où, si tu devais la localiser cette voix, tu la localiserais où ? Refais-le, laisse-là revenir, cette voix. Quand tu te dis : "Eléphant, Asie", juste avant que l'image apparaisse.

C. (...) Elle est devant moi, elle est un peu derrière l'écran.

J. Un peu derrière l'écran ?

C. Oui, au-dessus.

J. Comment tu pourrais qualifier le volume de cette voix : fort, faible ?

C. Faible... faible normal.

J. Faible normal. Et le ton, les intonations ? C'est rapide, c'est lent ?

C. C'est lent, c'est léger, c'est souriant.

J. Lent, léger, souriant. Continue. Après il y a une image qui est apparue, avec le son de ces vieux films qui accompagne cette image. Et tout de suite après tu te dis : "Je ne veux pas de cet éléphant".

C. Alors là, la voix n'était pas pareille, non, elle n'était pas du même endroit.

J. Alors elle vient d'où ?

C. Là, elle venait plutôt de la gauche.

J. Elle venait plutôt de la gauche. Et tu la caractérises comment, au niveau de son volume, de ses intonations...

C. Eh bien c'était... (...) c'était une autre voix.

J. Qu'est-ce que tu veux dire par : "C'était une autre voix" ? Je vais te poser une question un peu rigolote, mais si moi je devais avoir la même voix, comment il faudrait que je m'y prenne ? Je sais qu'elle vient de la gauche, mais... il faudrait que je parle fort ? Comment il faudrait que je parle pour avoir la même voix ?

C. Non, elle était pas plus forte que la précédente, mais... c'était la mienne. Alors que celle d'avant... non, c'était pas la mienne... plus impersonnelle.

J. Une voix plus impersonnelle. Une dernière replongée, et puis on va arrêter là. Juste pour vérifier, et puis le faire une dernière fois complètement. Tu t'es assise, et tout de suite je t'ai dit : "Tu sais Chantal, je t'ai menti, je ne vais pas te demander de penser à un objet, je vais te demander de penser , là maintenant, à un éléphant". Et puis l'écran est là. La voix est là. L'image, la musique en rapport avec cette image. Et puis une présence à gauche de l'écran, et ton effort pour placer d'abord tous les détails, les arbres, la boue, les camions. Et puis cet éléphant. Et puis cet éléphant qui bouge, et tu sais que la consigne est atteinte. A ce moment-là, je te dis "Ok"... D'autres éléments, qui apparaissent ?

C. Juste, quand tu as dit "Ok", la lumière a baissé.

J. La lumière de l'image a baissé.

C. La lumière de l'ensemble.

J. La lumière de l'ensemble. Encore un point : au niveau des sensations, on n'en a pas parlé, mais est-ce qu'il y a eu une succession eu niveau des sensations intérieures ? Des état intérieurs différents, ou est-ce que ça a été une continuité ? Je vois que tu le refais...

C. (...). Peut-être une première sensation avec la première ébauche d'éléphant, la sensation de quelque chose... de beau.

J. La sensation de quelque chose de beau.

C. Et puis une autre sensation quand j'ai fait apparaître l'autre, j'étais... je me sentais bien

d'avoir réactivé cette image.

J. Tu te sentais bien d'avoir réactivé cette image. Comment tu savais que tu te sentais bien ?

La sensation de se sentir bien, c'est quoi ? C'est où, c'est comment ?

C. (...) C'est... c'est d'une certaine façon l'absence de sensations... une sorte de... d'équilibre.

J. Une sorte d'équilibre. Eh bien nous allons nous arrêter là. Merci, Chantal.