Rapport de la recherche action "*Quels leviers pour des changements culturels et ontologiques vers une société qui soutient la vie et le vivant ?* " - RACCOr

coordonné par Les Fougères asbl,
en partenariat avec Les Schumacher Sprouts Belgium asbl, Le Réseau d'écologie sensible et une chercheuse de l'UNamur,
grâce au financement de la Wallonie, dans le cadre de son Plan de Relance,
dans le cadre de l'appel à projet " *Professionnaliser les secteur de l'éducation relative à l'environnement en développant une offre de formations* "

Janvier 2023 – octobre 2024

Sommaire

Préambule

Introduction

1. Historique
2. Équipe
3. Les socles
4. Les perspectives choisies
5. Deux postulats spécifiques
    5.1. La compréhension systémique des enjeux actuels
    5.2. L'apprentissage transformatif comme un levier d'intervention face à des enjeux systémiques
    5.3. Appropriation par les autres chercheuse
6. Définition des concepts
7. Les questions de recherche
8. L'hypothèse qui constitue le fil rouge

Les rapports de recherche

1. Exploration de 8 grandes familles de leviers/ingrédients vers un monde vivifiant, sous l'angle de la rencontre transformative – Bernadette Leemans
2. La Marche du Temps Profond est-elle une expérience profonde qui est à même de transformer la personne qui la vit en provoquant un changement de nature ontologique ? – Anne-Kirstine de Caritat
3. Comment l'art, le ludique et l'immersion en nature, en changeant notre rapport à soi, à l'intime et au sensible, peuvent-ils amener à une transformation de notre rapport au monde et à un élan créateur plus juste pour celui-ci ? - Claire-Anaïs Boulanger et Hélène Laviolette
4. Comment adapter la proposition du Travail Qui Relie de sorte à toucher un public plus large, a priori peu enclin à expérimenter ce type de dispositif ? – Virginie Lambert
5. Est-ce que l'écopsychologie, son approche, est un des leviers vers des changements culturels et ontologiques pour soutenir la vie et le vivant ? - Nathalie Everard
6. Vivre une activité d'expression artistique permet-il de nourrir l'estime de soi et la confiance en soi au service d'une transformation ontologique ? - Natascha Provoost

Conclusion

Annexes

Préambule

Cette étude a été menée par une équipe multidisciplinaire dont la plupart des membres ne sont pas familiarisées avec le travail de recherche. Il s'agit d'un travail de qualité, bien documenté, mais qui ne vise pas le niveau d'une publication universitaire.

Introduction

1. Historique

L'idée a germé suite au Congrès Résilience de décembre 2021 où de nombreux scientifiques d'horizons différents ont répété les uns après les autres sur le fait que les défis environnementaux et sociaux actuels nécessitent de passer par des changements dans notre façon d'appréhender le monde. 6 mois plus tard, en allant à la Journée du Printemps Résilience, Bernadette Leemans (Les Fougères asbl) se réjouissait de découvrir quelles suites avaient été données à ce constat. Or, à sa grande surprise, personne ne s'en était emparé, aucune suite n'était prévue.

Après quelques pérégrinations[1], elle a rassemblé une équipe multidisciplinaire qui a répondu à l'appel à projet "*Professionnaliser les secteur de l'éducation relative à l'environnement en développant une offre de formations*" lancé par la Wallonie dans le cadre du Plan de relance, pour mener une recherche-action sur le thème "*Quels leviers vers des changements culturels et ontologiques ?*". Ce dossier a été sélectionné et couvre la période de janvier 2023 à octobre 2024.

Le premier partenaire à rejoindre l'aventure a été Les Schumacher Sprouts Belgium asbl avec la volonté de valider scientifiquement leur animation « *Marche du Temps Profond* » dans une vision écosophique[2]. Ensuite, le duo formé par deux amies d'enfance Hélène

1 Et avec l'aide de la matinée d'échanges entre acteurs de l'Éducation relative à l'Environnement organisée par le Réseau Idée pour favoriser les partenariats dans le cadre de cet appel à projets.

2 Écosophie : Théorie affirmant que l'homme n'occupe pas le sommet de la hiérarchie des êtres vivants. Arne Naess et Félix Guattari sont parmi les premiers penseurs à se pencher sur cette théorie.

Laviolette (Les Fougères) et Claire-Anaïs Boulanger (UNamur) est monté à bord avec l'envie d'unir leurs compétences pour aborder les changements de paradigmes de manière systémique avec des outils ludiques et créatifs. Le Réseau d'Écologie sensible souhaitait valoriser les pratiques d'écologie sensible et a pris le temps de bien saisir les tenants et aboutissants du projet pour définir en interne quelle personne les représenterait et quel angle d'approche serait choisi. Au sein des Fougères, 3 autres salariées ont saisi cette occasion pour analyser leurs champs d'activités. Le fait que l'équipe soit entièrement féminine n'était pas prémédité.

Ces 2 années ont vu se suivre et se superposer 3 phases principales. Une première phase d'exploration va de septembre 2022 (découverte de l'appel à projet)[3] à juin 2023. A ce moment, les chercheuses font un brainstorming sur les différents leviers et freins. Ceux-ci sont classés en 8 grandes familles par la coordinatrice au cours de l'été 2023. Les actions débutent en avril 2023 jusque l'été 2024. La phase d'analyse des résultats et d'écriture du rapport a lieu principalement entre juin et novembre 2024. Par ailleurs, pour certaines chercheuses, différents résultats ont immédiatement donné lieu à des ajustements ou création de nouvelles actions, et ce tout au long du projet.

Chaque partenaire a mené des actions différentes, parfois en duos, avec assez peu de partage des leurs résultats en cours de projet. Leur choix a été d'optimiser le financement pour analyser suffisamment de dispositifs différents plutôt que faire de nombreuses réunions, ce que, d'ailleurs, leurs agendas respectifs fort chargés ne le leur permettait pas.

Le dossier initial avait sous-estimé le travail de coordination nécessaire à un projet de cette ampleur. Il a été réalisé par Bernadette Leemans avec le co-pilotage d'Anne-Kirstine de Caritat. Les quelques demandes de délégation des tâches à d'autres n'ont pas toujours été claires. Tout cela a engendré certaines frustrations et généré quelques tensions.

Dès le tout début, le collectif a souhaité se faire accompagner par une chercheuse expérimentée pour donner à ce travail la légitimité scientifique nécessaire. En effet, même si la plupart d'entre elles sont universitaires et ont écrit un mémoire, seules Claire-Anaïs et, dans une beaucoup moindre mesure, Natascha ont réellement une expérience de recherche scientifique. Le Réseau IDée, en la personne de Charlotte Préat, a accepté de les accompagner à ce sujet. Elle les a aidé à poser un cadre théorique et de fonctionnement lors d'une journée spécifique, le 13 avril 2023. Elle a également contribué à construire et validé les questionnaires d'Anne-Kirstine et de Virginie, ainsi que leurs parties du rapport de recherche. Elle a répondu aux questions ponctuelles tout au long du parcours.

3 Et même juin 2022 pour la personne-source du projet, Bernadette Leemans

Malheureusement, en septembre 2024, elle a quitté le Réseau IDée, sans être remplacée. Elle n'a donc pas eu la possibilité de relire la version finale.

Les chercheuses ont tenté autant que possible d'harmoniser le fond et la forme, c'est-à-dire de vivre dans l'équipe les valeurs identifiées comme leviers. Comme il s'agit le plus souvent de trouver un équilibre entre des besoins antagonistes, elles ont métacommuniqué au maximum et formulé ces difficultés comme des tensions plutôt que comme des incohérences.

2. Équipe

La recherche-action RACCOr est portée par une équipe multidisciplinaire : philosophe, sociologues, économiste, (éco-)psychologue, communicatrices, écoconseillères, formatrices, enseignantes, écrivaine publique, écologue, ingénieure, …

• Les Fougères asbl (Bernadette Leemans, Hélène Laviolette, Nathalie Everard, Natascha Provoost)
• Les Schumacher Sprouts Belgium asbl (Anne-Kirstine de Caritat)
• Le Réseau d'écologie sensible asbl (Virginie Lambert)
• une chercheuse de l'UNamur (Claire-Anaïs Boulanger)

Bernadette Leemans

Eco-conseillère, philosophe de formation, elle coordonne l'asbl Les Fougères depuis sa fondation. Elle aime tisser des ponts entre les mondes, mener des projets innovants, inviter à questionner nos certitudes et explorer des imaginaires extra-ordinaires. Personne source de cette recherche action, elle en assure aussi la coordination administrative et humaine, avec la complicité d'Anne-Kirstine.
L'asbl Les Fougères, fondée en 2011, est un joyeux laboratoire qui expérimente des pratiques autour de « *Se reconnecter à la Terre, Faire vivre nos utopies, Enraciner l'estime de soi* », au travers d'animations, stages, formations, recherches, accompagnements (d'adultes ou des jeunes générations).

Ses approches et ses actions

Profondément alignée avec le processus de recherche-action, elle a intégré ses découvertes successives pour construire et interroger un entrelacement de 15 types d'actions différents, réparties en explorations du monde, des formats, des thèmes et des

réactions du public. Elle a particulièrement analysé les leviers/ingrédients classés en 8 grandes familles en tâchant de les vivre dans l'harmonie fond-forme.

Anne-Kirstine de Caritat est biologiste, écologue, philosophe en herbe et surtout grande passionnée du vivant depuis toujours, avec des découvertes sans cesse renouvelées sur sa beauté, sa poésie et sa complexité. Ce sont ses étonnements et ses questions qui la mettent en mouvement, une grande curiosité, et une humilité aussi par rapport aux expériences profondes que notre monde nous donne à vivre.

L'asbl qui l'héberge

Inspirés par le Schumacher College en Angleterre, les Schumacher Sprouts Belgium développent en Belgique des ateliers, conférences et expériences d'université du dehors centrées sur la transition et adoptant une pédagogie qui mobilise non seulement la tête, mais aussi le cœur et les mains. L'asbl propose des ateliers et cours favorisant une compréhension systémique des phénomènes du Vivant et une dynamique collective pour développer des capacités de résilience.

Le Schumacher College[4] est un institut d'enseignement supérieur britannique. Fondé en 1991 par Satish Kumar et Brian Goodwin (en), inspiré par l'économiste E. F. Schumacher, auteur de Small Is Beautiful, ses méthodes d'éducation interactive aident les étudiants et les membres de la communauté à développer des compétences pratiques et une réflexion stratégique nécessaires pour faire face aux défis du XXIe siècle. Tous les étudiants et le personnel participent à la cuisine, au nettoyage et au jardinage[5], ce qui contribue à favoriser un sentiment de communauté et constitue une excellente occasion de se mêler à tous les membres du Collège. Il est situé dans la commune de Totnes, berceau des « Villes en transition » sous l'impulsion de Rob Hopkins.

Ses actions

Une des activités emblématiques des Schumacher Sprouts est la Deep Time Walk / Marche du Temps profond. Il s'agit d'une promenade racontée de 4,6 km, où chaque mètre parcouru équivaut à un million d'années. Cette expérience transforme le temps en espace et invite les participant·es à percevoir le monde différemment.

4 https://campus.dartington.org/schumacher-college/history-ethos/ (consulté le 17/11/2024)

5 Exclusivement végétarien, avec une visée d'autosuffisance, il y est cultivé près de 50 % des aliments consommés.

Hélène Laviolette

Après des études en communication et un début d'expérience professionnelle dans le tourisme ou elle vit au plus proche de la nature et au rythme des saisons; elle devient par là suite animatrice.

Son parcours professionnel et personnel l'amène progressivement à déconstruire les discours dominant et en Chemin elle découvre les notions de créativité.

Aujourd'hui, formée à l'éco-facilitation et à l'outil du journal créatif, elle se définit comme créatrice et facilitatrice d'expérience vivante. En bonne curieuse, elle continue à se former, notamment en technique de storytelling pour que ce vivant rencontre d'autres publics et sème des graines d'a-venir.

Ses activités sont hébergées par Les Fougères.

Avec Claire-Anaïs Boulanger, elle crée un cycle d'ateliers au cours desquels les participan.tes seront amené.es à questionner leur façon d'être au monde en mettant en perspective leur héritage culturel et les récits dominants qui les influencent. Elles abordent le contenu de manière ludique et créative en mettant le corps en mouvement. Elles invitent les participant.es à s'appuyer sur leurs émotions pour penser leur lien au Vivant.

Claire-Anaïs Boulanger est chercheuse doctorante à l'UNamur sous la supervision d'Annick Castiaux. Sa thèse porte sur les dynamiques de transformation individuelles et collectives qui sont à l'œuvre dans les organisations alternatives, et plus spécifiquement, dans les tiers-lieux.

Dans le cadre de cette recherche-action, elle travaille avec Hélène Laviolette sur des ateliers autour de thématiques tels que le sens du commun, le mouvement, l'intimité, la temporalité, la déconstruction des normes, la construction d'utopies, etc. Ces thématiques sont abordées à travers des approches impliquant la tête, le cœur et les mains qui mobilisent différents outils tels que les approches systémiques, le journal créatif, l'apprentissage transformatif, etc.

Virginie Lambert

Elle accompagne les transitions vers plus de sens, de plaisir et de résilience via la co-coordination du réseau d'écologie sensible, la facilitation d'ateliers de Travail Qui Relie, la formation à l'animation d'espaces de paroles en lien avec l'état du monde et l'accompagnement vers un épanouissement professionnel. Elle est passionnée par le déploiement en justesse et en authenticité de chacun. Tisseuse de liens, elle aime croiser les pratiques, les univers, les milieux… et ainsi donner accès à la transition intérieure de

toutes les manières possibles, en adaptant, en créant avec justesse et engagement, pour soutenir une transition culturelle large.
Son credo : « The way out is in »

Ses collectifs
Elle œuvre au sein de « Naviguer en Terre agitée », des « Cercles de paroles en lien avec l'état du monde », de « Vivement Lundi » et du « Réseau d'Ecologie sensible », au nom duquel elle s'est impliquée dans cette recherche-action.

Ses actions
Évaluation d'espaces de transformation intérieure sous des formats « expérimentaux » (itinérant, atelier jeunes, atelier destiné à des transitionneur.euses, groupe régulier sur un an,…)
Explorations de comment s'adresser à un public plus large, augmenter la zone d'influence/l'impact
Observer – éprouver – cheminer avec d'autres manières de collaborer dans nos collectifs

Nathalie Everard
Engagée sur le terrain pour une plus grande justice sociale et environnementale. Dans l'esprit que rien n'est impossible quand c'est le cœur du monde qui agit en nous.
Ecopsychologue-systémicienne-thérapeute-facilitatrice du Travail Qui Relie, coordinatrice du parcours en écopsychologie, facilitatrice dans des éco-lieux et de ville, village et quartier en transition, engagée dans le milieu de la transition, en Grèce, à Calais, sur le bateau Louise Michel soutenant le sauvetage des migrant.es en Méditerranée, porteuse de projet en permaculture avec des personnes migrantes et des chômeurs.
Ses activités sont hébergées par Les Fougères.

Ses actions
Dans le cadre du parcours en écopsychologie qu'elle co-coordonne (mars 2023 à octobre 2024), elle a proposé aux participants de contribuer à la recherche-action dans l'intention de porter un regard attentif sur le chemin de chacun.e et de se soutenir mutuellement.
Ce parcours en écopsychologie invite à se connecter à l'âme du monde en soi, au service de nos collectifs, et ce via 5 chemins:

- vivre et sentir les connexions avec le vivant
- comprendre les causes des déconnexions
- accueillir avec lucidité et compassion l'état du monde
- accueillir et transformer les émotions
- se réapproprier notre histoire planétaire et humaine

Natascha Provoost

Artiste, art-thérapeute, assistante sociale, sociologue ainsi que facilitatrice visuelle, son chemin personnel et professionnel l'a conduite à semer des GRAINES CRÉATIVES chez les personnes qu'elle accompagne en ateliers ou individuellement. Ses compétences à la fois sociales et artistiques l'ont naturellement conduite à animer des groupes en expression créative depuis 2012. Elle a développé des aptitudes en travail de groupe et est convaincue que c'est dans la force du collectif qu'on peut trouver les prémices des changements sociaux.

Ses activités sont hébergées par les Fougères.

Ses actions

Elle anime des ateliers d'expression artistique avec les publics en insertion sociale. Elle propose des ateliers de pratiques artistiques autour des rituels et des cycles. C'est dans ces deux contextes qu'elle voit émerger des leviers potentiels pour changer de culture vers un monde qui soutient la vie et le vivant.

3. Les socles

Face à l'urgence et l'ampleur des enjeux sociaux et écologiques actuels, les approches scientifiques (Rapport Meadows 1972, rapports du GIEC, etc.) en vigueur depuis au moins un demi-siècle rassemblent des données factuelles indispensables pour étayer la réalité scientifique des phénomènes en cours, mais faillissent à mobiliser la société et le politique pour une action suffisante et à la hauteur des enjeux[6].

De nombreuses voix s'élèvent pour appeler à agir au niveau sociétal par des changements culturels et ontologiques. En d'autres mots : pour devenir capables de prendre les mesures qui s'imposent, nous devons changer notre rapport au monde, nos récits, nos valeurs. Nous devons travailler notre transition intérieure, c'est-à-dire un changement de posture au service des changements collectifs et sociétaux.

Le dossier initial a été nourri par le Congrès Résilience[7] de 2021 et par le processus TerraLab[8] sur la systémique des territoires porté par le RATaV (mais avec une approche sensible et plus bottom up). Il est en lien avec différentes recherches universitaires, dont

6 Lamb W F et al. (2020). Discourses of climate delay. Global Sustainability 3, e17, 1–5. https://doi.org/ 10.1017/sus.2020.13

7 Bernadette Leemans a participé aux modules préparatoires 3 et 5 du Congrès Résilience

8 Auquel ont participé Claire-Anaïs Boulanger et Bernadette Leemans. Entre mars 2022 et janvier 2023.

Trans-DISC et le doctorat de Claire-Anaïs Boulanger « *Fabrique d'une organisation alternative fondée sur un lieu : analyse des dynamiques de transformation* »[9]. Ce travail s'inscrit également dans la continuité des recherches sur les dimensions intérieures de la transition (psychologiques, culturelles et spirituelles) et leur lien avec la transition extérieure, vers une transition intégrale, menées de 2019 à 2022 par Tylie Grosjean, Elie Wattelet et Michel-Maxime Egger[10]. Il se rattache à l'approche holistique et d'écologie profonde qui est pratiquée par exemple au Schumacher College (UK). Tout le courant de l'écologie sensible et de l'écopsychologie viennent à leur tour enrichir le processus. Les principes de la permaculture (humaine), les théories de la créativité, la théorie U, la ludopédagogie constituent d'autres aspects, bien complémentaires, des champs d'évolutions familiers aux chercheuses.

La transition intérieure a, selon les auteurs du livre « Reliance manuel de transition intérieure[11] », trois grands enjeux. D'abord, « un travail sur les composantes *culturelles*, individuelles *et* collectives, du changement de paradigme ». En deuxième lieu, il y a le « grand chantier [de la] maturation personnelle pour devenir ce que l'écopsychologue Bill Plotkin appelle des « adultes authentiques » : des êtres libres et responsables plutôt que soumis à leur ego et à leurs pulsions, sujets de leur vie plutôt qu'objets du système, capables d'interactions harmonieuses avec les autres et le vivant, forts de qualités d'écoute, de réciprocité et d'humilité ». Enfin, « un troisième champ de la transition concerne plus directement la vie de groupe » et concerne la coopération et la création de « nous ».

4. Les perspectives choisies

Dans une perspective de changement de paradigme, l'innovation sociale est basée sur les points de bascule sociologique (à ne pas confondre avec les points de bascule climatiques) c'est-à-dire qu'en un point précis (ou plusieurs) au sein d'un système, un petit changement peut être en mesure de provoquer des changements important, irréversibles et non-linéaires. Ce sont ces leviers d'innovation sociale qui sont explorés dans ce projet.

9 Thèse défendue le 8 mars 2024

10 ayant donné naissance au livre de 3 auteur.ices « *Reliance – Manuel de transition intérieure* » paru en avril 2023 chez Actes-Sud. Tylie (Nathalie) Grosjean qui travaille aux Fougères. Elie (Vincent) Wattelet est co-fondateur du Réseau Transition et du Réseau d'écologie sensible. Il a contribué à introduire la transition intérieure en Belgique francophone. Iels ont tous.tes deux cocréé le Parcours en écologie sensible.

11 Reliance Manuel de transition intérieure (2023) Elie WATTELET Michel Maxime EGGER Tylie GROSJEAN (Actes Sud)

En particulier, notre recherche-action cible un des leviers les plus efficaces selon Meadows (1997)[12] à savoir l'état d'esprit ou le paradigme dont est issu le système. Il s'agit de « *souligner les anomalies et les échecs de l'ancien paradigme, de parler plus fort et avec assurance du nouveau paradigme, et à placer des personnes du nouveau paradigme dans des lieux avec une visibilité publique et de pouvoir. Vous ne perdez pas de temps avec les réactionnaires ; vous travaillez plutôt avec des agents de changement actifs et avec le vaste groupe de personnes ouvertes d'esprit* »[13].

Notre approche systémique et transversale envisage l'apprenant dans sa globalité. La nature et le rapport au vivant sont au cœur des apprentissages. Elle part du vécu subjectif (le soutien procuré par la perception intime/sensible de l'interdépendance) qui renforce l'engagement. Dans une perspective auto-socio-constructi-viste, elle s'appuie sur la créativité, la participation, l'expérimentation et l'action, de la théorie ancrée dans les recherches scientifiques récentes, le jeu, l'écoute des émotions, la convivialité, l'entraide. Elle invite à redonner du sens à nos engagements, à questionner nos croyances, à la tolérance, à la curiosité et à l'enthousiasme. Elle accueille les participants là où ils sont dans leur cheminement et valorise le droit à l'erreur.

5. Deux postulats spécifiques

La chercheuse Claire-Anaïs Boulanger travaille depuis plusieurs années sur les aspects systémiques et des apprentissages transformatifs, notamment dans le cadre de sa thèse de doctorat soutenue en mars 2024. Elle nous les présente ci-après. Ceux-ci font partie de ses hypothèses de départ et ont trouvé écho chez d'autres chercheuses, soit tels quels, soit avec quelques ajustements. C'est pourquoi, ceci figure dans l'introduction générale du rapport.

12 Meadows D. 1997. Leverage Points: Places to Intervene in a System https://donellameadows.org/archives/leverage-points-places-to-intervene-in-a-system/

13 Thomas Kuhn, La structure de la révolution scientifique. Chicago: University of Chicago Press, 1962. Thomas Kuhn, qui a écrit le livre fondateur sur les grands changements de paradigme de la science,

5.1. La compréhension systémique des enjeux actuels

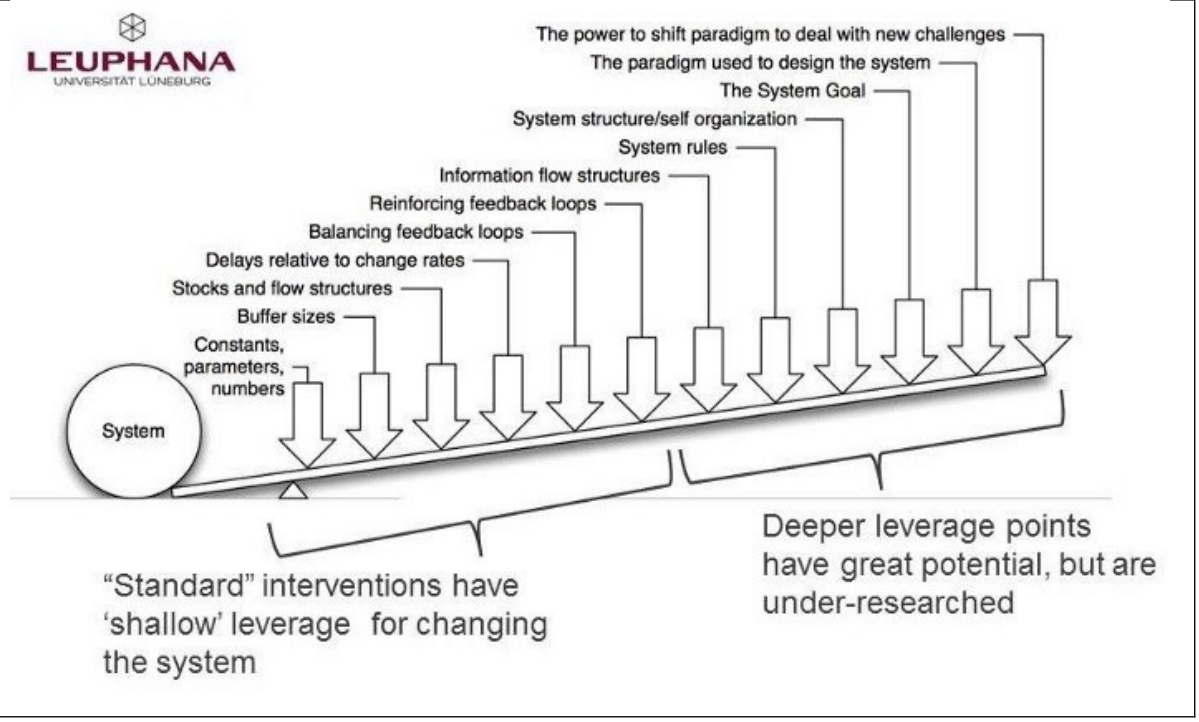
Il s'agit de reconnaître à ces derniers leur nature complexe de par le fait qu'ils chevauchent plusieurs échelles de temps (du court au long terme), plusieurs niveaux de gouvernance (du local au mondial) et plusieurs « sous-systèmes sociétaux » (économie, politique, éducation, santé, etc.). De là leur qualificatif de « problèmes épineux » (Audet, 2015; Banerjee, 2003; Benington, 2011; Benington and Moore, 2011; Coffey, 2021; Espinosa and Porter, 2011; Gibson-Graham et al., 2013; Kemp and al., 2005; Kenter et al. 2019; Meadows, 2008; Pollitt, 2015; Robertson, 2021; Williams et al., 2017; Wright, 2013). Vouloir adresser les enjeux de durabilité selon un prisme systémique implique d'avoir 4 principes en tête (Boulanger, 2024) :

- **Le principe de relationalité** veut qu'à partir du moment où tous les éléments d'un système complexe sont imbriqués les uns dans les autres, il est impossible d'intervenir sur l'un d'entre eux sans que d'autres n'en soient impactés.
- **Le principe de sens élargit de la communauté** porte l'attention sur le fait que, dès lors que les systèmes humains ne vivent pas isolément des systèmes non-humains (mondes des végétaux, des animaux et des minéraux par exemples) mais imbriqués dans, atour et avec ceux-ci, toute intervention sur les uns aura inévitablement un impact sur les autres.
- **Le principe de mouvement** induit que, comme les parts constituantes d'un système et leurs interconnexions se redéfinissent continuellement, il n'est pas possible d'associer certains effets à certaines mesures sur base de l'expérience passée. Une intervention qui aura eu un impact A à un moment « t » pourra très bien avoir un impact B à un moment « t+1 ».
- **Le principe d'incertitude**, quant à lui, découle du fait que les relations entre les différentes parts constituantes d'un système complexe tendent à être en réseau plutôt que linéaires. Il est dès lors difficile d'anticiper avec précision le résultat d'une intervention sur un tel système.

Une fois cela posé, adresser les enjeux de durabilité par une approche systémique peut sembler difficilement opérationalisable. En effet, comment intervenir dans un système complexe pour lui faire prendre une direction dès lors que les 4 principes ci-dessus s'appliquent ? C'est précisément la question à laquelle répond Meadows, puis ses collègues, en identifiant 12 leviers qui permettent d'intervenir dans un système complexe et en les classant du moins puissant au plus puissant. Ces leviers sont illustrés dans la figure ci-dessous. Il apparaît ainsi que les meilleures chances que l'on ait pour orienter notre « système monde » vers un modèle qui soutienne la vie et le vivant soient d'intervenir sur les paradigmes qui sous-tendent ce système et d'en inventer de nouveaux

(de paradigmes). Quant à savoir comment ? Cette recherche-action RACCOr en présente plusieurs pistes.

Image 2 : les 12 leviers pour intervenir dans un système complexe[14]



5.2. L'apprentissage transformatif comme un levier d'intervention face à des enjeux systémiques

L'apprentissage transformatif (le levier le plus à droite sur la figure ci-dessus) est un processus à travers lequel un individu questionne et transforme ses « structures de sens » (les hypothèses, les croyances, les normes, les valeurs et les perspectives qu'il prenait précédemment pour acquises), les amenant ainsi à devenir plus ouvertes et perméables (c'est-à-dire plus facilement questionnables), et surtout mieux validées empiriquement (c'est-à-dire plus aptes à donner du sens à la réalité) (Bridwell, 2013; Cranton and Roy, 2003; Cranton, 2016; Illeris, 2014; Mezirow, 1994, 2008; Taylor, 2007).

Aujourd'hui, les étapes du processus d'apprentissage transformatif, c'est-à-dire les étapes par lesquelles passe un individu lorsqu'il transforme les hypothèses / croyances / valeurs / normes / etc. qui forment les fondements de son identité, sont relativement bien connues. Berger (2004) parle ainsi d'un processus composé de 3 phases. La première a lieu lorsque l'individu est confronté au « bord de son savoir ». Cela se produit quand celui-ci fait face à une expérience dont il est incapable de faire sens avec les structures de sens qui ont été

14 Meadows D.

les siennes jusque-là. Autrement dit, l'individu fait alors face à une situation qui le dépasse, qu'il ne comprend pas, qu'il ne sait pas comment appréhender, ou qui vient mettre en échec certain de ces raisonnements ou fonctionnements habituels. Les scientifiques appellent ces situations des « dilemmes désorientants ». La deuxième phase s'enclenche lorsque l'individu décide de rester « au bord de son savoir » pour y construire de nouvelles structures de sens. Enfin, la troisième phase est celle qui permet à l'individu d'apprivoiser et d'éprouver ses nouvelles structures de sens, à l'image de nouvelles chaussures qui deviennent de plus en plus confortables au fur et à mesure qu'on les porte aux pieds. Une autre façon d'appréhender les différentes phases d'un processus d'apprentissage transformatif est le découpage en 10 étapes proposé par Mezirow (1991, 1994). Il est présenté dans la figure ci-dessous.

Figure : Les 10 étapes du processus d'apprentissage transformatif selon Mezirow[15]

5. Un processus en dix étapes

Un travail empirique sur des femmes reprenant leurs études a permis à Mezirow de mettre en évidence dix étapes constitutives du processus de transformation de perspective de sens:

1. Dilemme perturbateur
2. Évaluation critique des présomptions d'ordres épistémique, socio-culturel ou psychique
3. Examen de conscience accompagné de sentiments de culpabilité et de honte
4. Reconnaissance que l'insatisfaction éprouvée et le processus de transformation sont partagés et que d'autres ont négocié un changement identique
5. Exploration des possibilités de nouveaux rôles, de nouvelles relations et de nouvelles manières d'agir
6. Élaboration d'une ligne de conduite
7. Acquisition du savoir et des habiletés nécessaires pour mettre en œuvre ses projets
8. Essais provisoires des nouveaux rôles
9. Mise en place de la compétence et de la confiance en soi nécessaires pour assumer les nouveaux rôles et nouvelles relations
10. Réappropriation de sa propre vie sur la base de conditions imposées par sa nouvelle perspective[7].

Il apparaît dans ces étapes qu'un processus d'apprentissage transformatif peut être associé à des ressentis inconfortables. Cela s'explique notamment du fait que les dilemmes désorientants soumettent les individus à deux motivations potentiellement contradictoires. La première est celle qui pousse un individu à la conservation. La plupart des gens ont en effet une posture plutôt défensive vis-à-vis de leur identité (Illeris, 2014 ; Mezirow, 1994). C'est d'autant plus vrai dans une société dite « liquide », c'est-à-dire où tout évolue constamment et très vite (Illeris, 2014), et managérialiste, c'est-à-dire qui considère comme hautement désirable le fait de pouvoir anticiper, planifier, contrôler, stabiliser, savoir (Grey 1996; Parker 2002). Cependant, l'humain a aussi un besoin vital de

15 Traduit de Mezirow (1994) par le Ciep - Source : https://www.ciep.be/images/BoiteAOutils/FichePedagEspeluette/F.PedEsper93.pdf (téléchargé le 30/08/2024).

faire sens de ce qu'il vit, ce qui est à l'origine de la deuxième motivation, celle de l'adaptation, et donc de la transformation (Anand et al., 2020; Berger, 2004; Illeris, 2014; Mezirow, 1994). Au regard de cette tension entre conservation et transformation, il existe toute une branche de la littérature qui s'intéresse aux conditions qui permettent aux individus d'embrasser plus facilement une transformation (Boström et al., 2018; Taylor, 2007). Ces études mettent notamment en évidence que cela dépend :

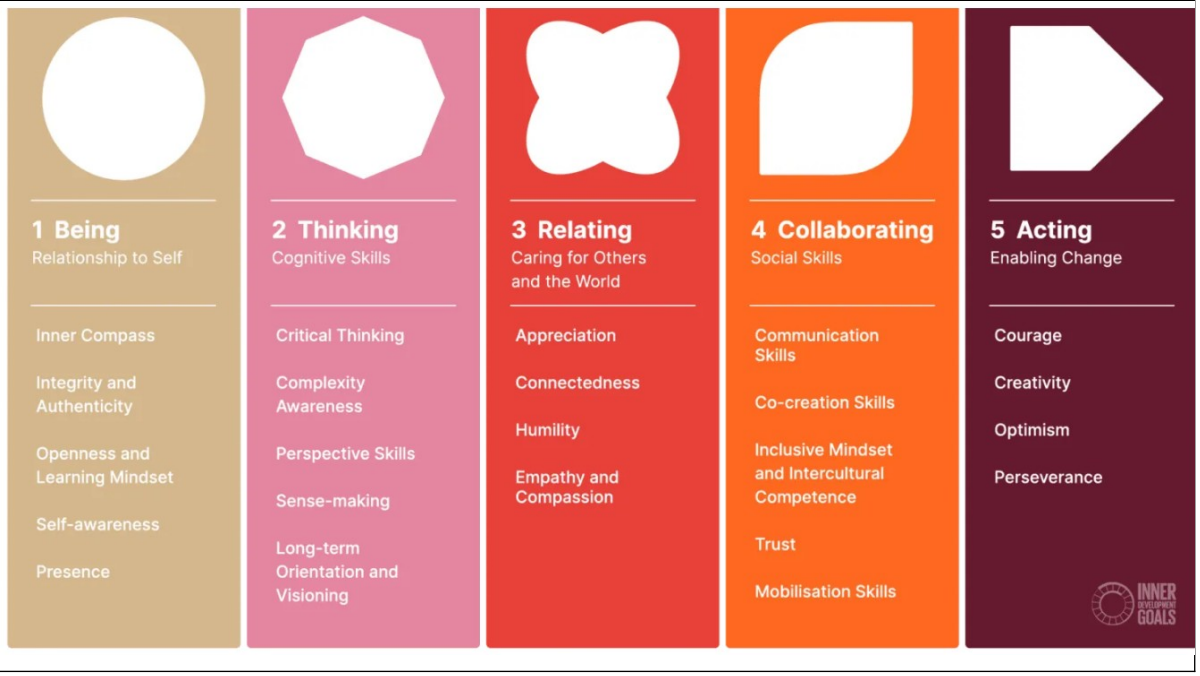
- **De la personnalité** : il y a des personnalités qui vivent mieux le changement que d'autres, en fonction de l'éducation reçue par exemple (Berger, 2004; Illeris, 2014; Taylor, 2007).
- **Du contexte d'occurrence du dilemme désorientant** : dans la littérature, on parle de contextes facilités ou non facilités. Les premiers font référence à des dispositifs pédagogiques spécifiquement pensés pour aboutir à des apprentissages transformatifs, tels que des classes ou des ateliers (Bentz and O'Brien, 2019 ; Berger, 2004 ; Mezirow, 2008). Les seconds désignent des situations où les dilemmes désorientant émergent de situations de la vie. Les environnements de luttes et de mouvements sociaux sont connus pour être particulièrement confrontant en ce sens. De même, les organisations alternatives, dès lors qu'elles opèrent selon des processus et des fonctionnements différents que ceux que l'on trouve dans les organisations « mainstream », tendent à amener les individus qui y évoluent au bord de leur savoir (Boulanger et Castiaux, 2024 ; Vieta, 2014, Scott, 2003). Les situations relatives à des crises de vie, telle que la découverte d'une incapacité à avoir des enfants alors qu'on en voulait par exemple, peuvent aussi s'apparenter à des dilemmes désorientant qui émergent dans des contextes non facilités (Mälkki, 2012).
- **Des ressources dont dispose l'individu** : nombre d'études soulignent comment la possibilité de partager son vécu dans le cadre de relations de confiance, non jugeantes, non hiérarchiques et authentiques, peut aider un individu à rester au bord de son savoir (Berger, 2004; Taylor, 2007). D'autres ont également souligné l'importance de ne pas réduire un apprentissage transformatif à un processus strictement cognitif et rationnel mais, au contraire, à reconnaitre ses dimensions émotionnelles, imaginatives et sensorielles (Anand et al., 2020; Illeris, 2014; Malkkï, 2012; Taylor, 2007; Taylor, 2018). Ces études mettent ainsi en évidence comment des contextes permettant de prendre soin de ces dimensions peuvent faciliter le processus d'apprentissage transformatif (Bentz and O'Brien, 2019).
- **De ses expériences passées avec la transformation** : Au plus un individu peut associer ses expériences passées du processus d'apprentissage transformatif a des expériences positives, même si inconfortables, au plus il appréhendera avec confiance les dilemmes désorientant auxquels il sera confronté ultérieurement.

> Berger (2004) a ainsi mis en évidence l'importance de célébrer et conscientiser quand un processus d'apprentissage transformatif a eu lieu et s'est bien déroulé. Elle a également montré comment certains individus finissent par apprivoiser le processus d'apprentissage transformatif et à développer un état d'esprit de « stabilité dans l'ouverture », lequel est particulièrement propice à la transformation.

Les structures de sens d'un individu se construisent au fur et à mesure de son expérience du monde (de ses lectures, de son éducation, des événements qu'il vit, etc.). Elles sont au cœur de l'identité des personnes et sont à la fois socialement construites et propres à chacun-e. Cependant, les structures de sens n'étant réellement consolidées qu'à l'âge adulte, la théorie de l'apprentissage transformatif est spécifique au domaine de la pédagogie pour adulte. Pour autant, de plus en plus de chercheureuses étudiant les sciences de la durabilité (ou « sustainability sciences ») s'y intéressent également. En témoignent le nombre grandissant d'articles scientifiques publiés à la jonction entre ces deux domaines de recherche : moins de 5 par an entre 1999 et 2007, 18 par an en moyenne entre 2008 et 2019 avec un pic de 41 articles publiés en 2019 (Rodríguez Aboytes et Barth, 2020). Dans leur revue de la littérature portant sur ces articles, Rodríguez Aboytes et Barth (2020) ont notamment recensé différents types de « transformations » individuelles qui ont un intérêt lorsqu'il s'agit d'adresser les enjeux de durabilité auxquels nous faisons actuellement face. Une montée en compétences sur les questions de durabilité est un premier type de résultats possibles. La (dé)construction de normes et perspectives en est un autre. Les auteurs parlent notamment d'une plus grande empathie et authenticité, d'un regain d'intérêt pour le collectif et les questions de justice sociale, mais aussi d'individus ayant un fort sentiment de connexion avec leur environnement social et naturel qui s'apparente à l'impression de faire partie d'un tout bien plus large qu'eux-mêmes. Un autre type de résultats d'apprentissages transformatifs propices à une société durable est une meilleure connaissance de soi. Les auteurs parlent d'individus ayant une identité plus intégrée, avec une plus grande confiance en eux et en leurs capacités d'agir. Ces transformations s'accompagnent souvent de prises d'initiatives concrètes au sein de communautés locales, d'actions politiques ou d'activisme. Enfin, le développement d'une pensée systémique, la prise de conscience du caractère complexe et interdisciplinaire des enjeux de durabilité et des rapports de pouvoirs qui s'y rattachent sont également des transformations individuelles épinglées comme en favorisant des actions et décisions plus durables (Rodríguez Aboytes et Barth, 2020). L'identification de la capacité à penser de manière systémique comme une « compétence pour le durable » a d'ailleurs été mise en évidence par d'autres auteurs issus du domaine de la pédagogie pour adultes. Il est à noter également qu'un certain nombre des « outcomes » d'apprentissages transformatifs pré-cités se retrouvent également dans les 5 « Inner

Development Goals », lesquels s'inscrivent comme une continuité des 17 objectifs de développement durable identifiés par l'ONU[16] et sont illustrés dans la figure ci-dessous. C'est notamment le cas de (1) l'intégrité, l'authenticité et la connaissance de soi associés à l'objectif « Being », de (2) la pensée critique et complexe allant avec l'objectif « Thinking », de (3) l'aptitude à connecter et à faire preuve de compassion que l'on trouve dans l'objectif « Relating » et de (4) la capacité à passer à l'action et à se mobiliser qui se réfère à l'objectif « Collaborating ».

Les 5 « Inner Development Goals »[17]



Selon l'ONU, « les Objectifs de développement durable (ODD), également nommés Objectifs mondiaux, ont été adoptés par les Nations Unies en 2015. Ils sont un appel mondial à agir pour éradiquer la pauvreté, protéger la Planète et faire en sorte que tous les êtres humains vivent dans la paix et la prospérité d'ici à 2030. ». Établis en 2015 et au nombre de 17, ils se présentent comme autant d'objectifs intégrés pour équilibrer les aspects sociaux, économiques et environnementaux du développement. Afin de servir et d'accélérer la mise en œuvre des ODD, des objectifs de développement intérieur[18], ont été décrits depuis 2019 et formalisés plus précisément en 2023. Ils visent à répondre au besoin urgent d'accroître nos capacités collectives à faire face à des défis complexes et à y travailler efficacement. Les chercheuses apprécient l'intérêt de cette démarche et néanmoins notent qu'elle reste assujettie à une vision développementale et instrumentale, contrairement à l'approche de la transition intérieure qui est la leur.

16 https://www.un.org/sustainabledevelopment/fr/objectifs-de-developpement-durable/
17 Source : https://innerdevelopmentgoals.org/framework/ (téléchargé le 01/09/2024)
18 Inner Development Goals, IDG, créés par la Fondation IDG, https://innerdevelopmentgoals.org/

5.3. Appropriation par les autres chercheuses

Parmi les situations étudiées par les 7 chercheuses, certaines se situent clairement dans des contextes facilités, c'est-à-dire avec des dispositifs pédagogiques spécifiquement pensés pour aboutir à des apprentissages transformatifs, c'est le cas par exemple, de la Marche du Temps Profond, des ateliers de Travail Qui Relie, du Parcours en écopsychologie et surtout d'Embarquement vers la suite du monde qui vise à rendre visibles les différentes étapes de ce processus.

D'autres aspects de cette recherche action ont souhaité questionner des transformations émergeant dans d'autres contextes, c'est-à-dire avec un dilemme désorientant émergeant de situations de la vie (contexte dit non facilité) ou lorsque l'atelier vise un tout autre objectif. Le champs de recherche de Bernadette Leemans s'appuie sur un processus qu'elle nomme « rencontres transformatives » et qui ne correspond pas tout à fait à l'apprentissage transformatif. Anne-Kirstine de Caritat préfère, quant à elle, parler d'expérience profonde.

6. Définition des concepts

Levier (au sens littéraire)

Ce qui sert à soulever, à mouvoir, à surmonter quelque résistance[19] :
Dans ce projet, on va nommer « levier » tout moyen, tout élément, toute manière de faire qui va aider à surmonter une résistance, vaincre un frein, tout ce qui constitue un obstacle sur le chemin vers l'objectif.

Le changement

NB : De nombreux champs du savoir traitent de la manière d'implémenter les changements *de comportements*, leurs mécanismes, les obstacles, de leurs causes et des manières de lever ceux-ci. Ce n'est pas le champs d'action de cette recherche.

Culture

La culture, dans son sens le plus large, est considérée comme l'ensemble des traits distinctifs, spirituels et matériels, intellectuels et affectifs, qui caractérisent une société ou

19 Larousse https://www.larousse.fr/ consulté le 5 novembre 2024

un groupe social. Elle englobe, outre les arts et les lettres, les modes de vie, les droits fondamentaux de l'être humain, les systèmes de valeurs, les traditions et les croyances.[20]

Changements culturels

Les changements culturels désignent les transformations au sein des sociétés sur le plan des valeurs, des comportements et des normes, souvent influencées par des facteurs tels que la mondialisation, les avancées technologiques et les migrations. Ces évolutions impactent la façon dont les individus interagissent entre eux et perçoivent le monde, modifiant ainsi la dynamique sociale. Comprendre ces changements est crucial pour s'adapter à un monde en perpétuelle mutation et pour favoriser la coexistence pacifique entre différentes cultures. [21]

À la suite de Rob Hopkins[22], les chercheuses postulent l'importance de ses récits, au sens large, comme les supports d'une culture. Un changement culturel passe donc par un changement des récits et des imaginaires.
Les récits sont des soutiens importants à nos modèles de pensée. Nous sommes imbibés des récits que nous avons entendus toute notre vie. Chaque changement est accompagné du récit que nous en faisons.

Ontologie

L'ontologie est une branche de la philosophie et plus spécifiquement de la métaphysique qui, dans son sens le plus général, s'interroge sur la signification du mot « être ». «Qu'est-ce que l'être ?» est une question considérée comme inaugurale, c'est-à-dire première dans le temps et première dans l'ordre de la connaissance.[23]

Changement ontologique

La compréhension de ces mots dans ce projet se rapporte plus précisément à ce que l'on appelle en sciences sociales le tournant ontologique. Un changement ontologique peut être compris comme un changement de monde, plus que de changement de rapport au monde, ou de vision du monde.

Le tournant ontologique est un courant des sciences sociales du début des années 2000 caractérisé par un intérêt accru pour l'ontologie au sein d'un certain nombre de disciplines philosophiques et académiques. Le tournant ontologique en anthropologie délaisse ou

20 UNESCO, Déclaration de Mexico de 1982
21 Source : https://www.studysmarter.fr/resumes/economie-et-gestion/theorie-de-la-gestion/changements-culturels/ - consulté le 5 novembre 2024
22 Rob Hopkins, *Et si... on libérait notre imagination pour créer le futur que nous voulons ?*, éd. Actes Sud, 2020
23 Wikipedia, consulté le 04/11/2024

combat certaines notions anthropologiques comme celles de culture, d'épistémologie ou de visions du monde. Au lieu de cela, le tournant ontologique s'intéresse à la manière d'être dans le monde et considère que différentes visions du monde ne soient pas simplement des représentations différentes du même monde. Plus précisément, le tournant ontologique fait référence à un changement d'orientation théorique selon lequel les différences sont comprises non pas en termes de différence de visions du monde, mais de différences de mondes et tous ces mondes sont d'égale validité.[24]

La vie, le vivant

La vie est un phénomène naturel pour l'instant uniquement observé sur Terre. La vie se manifeste à travers des structures matérielles organisées appelées organismes vivants, ou êtres vivants, reconnaissables par la grande complexité de leur structure interne et par leur activité autonome[25].
Employé comme nom, « le vivant » désigne l'ensemble des êtres qui sont en vie actuellement.

Les chercheuses du projet considèrent que la vie est tellement puissante, créative et que, dans une perspective de temps long, qu'on n'a pas à s'en faire pour elle. Elle se réinventera quoique fassent les humains aujourd'hui. Par contre, le vivant, lui, est actuellement menacé. Et la manière dont nous en prenons soin aujourd'hui a un impact sur les conditions de vie de l'humanité pour les prochaines générations et les prochains siècles.

« Vers une société qui soutient la vie et le vivant »

C'est ainsi que les chercheuses ont nommé l'objectif des changements qu'elles préconisent. En effet, après les concepts de « protection de la nature », de « développement durable », de « transition écologique et solidaire », il leur semble nécessaire de mettre en évidence que notre modèle de société actuel est mortifère et que si l'humanité veut survivre à l'échéance de quelques dizaines d'années, elle doit choisir délibérément une perspective de **Vie**, d'une manière générale. Cela passe par une préservation du **vivant**, c'est-à-dire ce qui est en vie actuellement, spécifiquement. Dans la perspective systémique et de changement de paradigme décrite ci-après, elles souhaitent mettre en avant le niveau de construction d'un nouveau modèle de **société**. Celle-ci est appelée à **soutenir**, plutôt qu'à protéger ou défendre car il s'agit de créer les conditions sous-jacentes - ce qui est plus large et inclut de facto les 2 autres - dans une dynamique de souveraineté et de « suivre le

24 Wikipedia, consulté le 04/11/2024
25 Wikipedia, consulté le 04/11/2024

flux », plutôt que de paternalisme ou de « lutter contre ». Ensuite, il est question d'« **une** » société, car de nombreux types de sociétés différents peuvent remplir ces objectifs et cette diversité et la liberté qui l'accompagne sont primordiales. Enfin, le mot « **vers** » indique que c'est un horizon et que nous sommes en chemin dans cette direction.

7. Les questions de recherche

- Exploration de 8 grandes familles de leviers/ingrédients vers un monde vivifiant, sous l'angle de la rencontre transformative – Bernadette Leemans
- La Marche du Temps Profond est-elle une expérience profonde qui est à même de transformer la personne qui la vit en provoquant un changement de nature ontologique ? – Anne-Kirstine de Caritat (Les Schumacher Sprouts Belgium)
- Comment l'art, le ludique et l'immersion en nature, en changeant notre rapport à soi, à l'intime et au sensible, peuvent-ils amener à une transformation de notre rapport au monde et à un élan créateur plus juste pour celui-ci ? - Claire-Anaïs Boulanger et Hélène Laviolette
- Comment adapter la proposition du Travail Qui Relie de sorte à toucher un public plus large, à priori peu enclin à expérimenter ce type de dispositif ? – Virginie Lambert
- Est-ce que l'écopsychologie, son approche, est un des leviers vers des changements culturels et ontologiques pour soutenir la vie et le vivant ? - Nathalie Everard
- Vivre une activité d'expression artistique permet-il de nourrir l'estime de soi et la confiance en soi au service d'une transformation ontologique ? - Natascha Provoost

8. L'hypothèse qui constitue le fil rouge

Le changement culturel et le changement ontologique passent par des processus de transformations profonds qui doivent s'expérimenter, de préférence en groupe[26], et nécessitent certaines conditions.

26 2 personnes forment déjà un groupe. L'importance est le miroir que l'autre personne me renvoie.