



56^{ème} CONGRÈS SELF
6 - 8 juillet 2022

**VULNÉRABILITÉS ET
RISQUES ÉMERGENTS**

penser et agir ensemble pour
transformer durablement

EBSCOhost

*The full text of SELF congresses
proceedings in Ergonomics Abstracts is
included in Academic Search Ultimate on
EBSCOhost™*

www.ergonomie-self.org

→ Ergonomics abstract

Intervenir par le corps en ergonomie

Proposition d'expérimentation-discussion de nouvelles méthodes d'intervention basées sur les ressources du corps en mouvement pour transformer l'activité

Coordinateur-trice-s

Adeline MASSON, Ergonome indépendante, Chargée d'enseignement en Master Solidarités Internationales et Transition Durable, ICP

Alain Moïse ARBIB, Intervenant danseur et réalisateur indépendant

Christelle CASSE, Maîtresse de Conférence en ergonomie, Institut d'Études du Travail de Lyon (IETL), Environnement Ville Société (EVS) – UMR 5600

3 place Honoré de Balzac 33600 Pessac, adeline.m4@gmail.com

149 rue de Belleville 75019 Paris, amarbib@gmail.com - www.cosmotango.fr

86 rue Pasteur – F69365 Lyon Cedex 07, c.casse@univ-lyon2.fr

*Ce texte original a été produit dans le cadre du congrès de la Société d'Ergonomie de Langue Française qui s'est tenu à Genève les 6, 7 et 8 juillet 2022. Il est permis d'en faire une copie papier ou digitale pour un usage pédagogique ou universitaire, en citant la source exacte du document, qui est la suivante :

Masson, A., Arbib, A.M., Casse, C. (2022). Intervenir par le corps en ergonomie. Proposition d'expérimentation-discussion de nouvelles méthodes d'intervention basées sur les ressources du corps en mouvement pour transformer l'activité. Actes du 56^{ème} Congrès de la SELF, Vulnérabilités et risques émergents : penser et agir ensemble pour transformer durablement. Genève, 6 au 8 juillet 2022.

Aucun usage commercial ne peut en être fait sans l'accord des éditeurs ou archiveurs électroniques. Permission to make digital or hard copies of all or part of this work for personal or classroom use is granted without fee provided that copies are not made or distributed for profit or commercial advantage and that copies bear this notice and the full citation on the first page.

OBJECTIFS DE L'ATELIER

Cet atelier est conçu comme une séance d'expérimentation collective. Il propose une pratique corporelle mêlant le Qi Gong (pratique de santé issue de la médecine traditionnelle chinoise, par le mouvement, le souffle et la mise en circulation de l'énergie) et la danse (avec les outils du tango et de la danse contact improvisation) afin d'interroger l'intérêt d'utiliser ces pratiques et méthodes dans les interventions en ergonomie.

La proposition est née de la rencontre entre les animatrices et animateur de l'atelier. Nous avons en commun notre expérience d'observation et d'intervention en situation de travail (comme ergonome et comme réalisateur intervenant) et nos pratiques corporelles en danse et en Qi Gong. Nous partageons également une réflexion sur les potentialités et les formes d'usages possibles de ces pratiques et des méthodes qui y sont liées en situation de travail ou en lien avec les situations de travail.

Si le corps est un enjeu central de l'ergonomie, il est surtout perçu et analysé du point de vue des logiques fonctionnelles et opérationnelles du travail : santé, sécurité et efficacité. C'est un corps encadré par les connaissances physiologiques ou biomécaniques, voire instrumentales, par les approches « geste et posture », PRAP (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique) ou encore les débats autour de la préparation physique en entreprise (Uguen, Sablon, Carballeda, 2018), et plus largement, par des méthodologies d'intervention qui privilégient des accompagnements passant par des voies formelles et discursives.

Notre proposition s'ancre dans des interrogations qui cherchent à élargir ce spectre aux dimensions sensibles et sensorielles de l'expérience du corps au travail (Baudin, 2021). Nous considérons le corps comme la matière même du travail, agissant et agi par l'activité, et comme une force, une puissance d'action sur le monde, articulée à une force de pensée, car « c'est dans le mouvement que le corps se saisit du monde » (Bidet, 2007). Cela renvoie à la conception du « corps humain, en tant que « matrice de l'activité humaine » », proposée par Yves Schwartz (2009, en référence à Schwartz 2000 et Canguilhem 1965¹), un corps traversé par des débats, en relation dynamique avec son milieu, avec les autres, avec la vie physiologique, la vie biologique, la vie sociale, l'histoire... et « réaffirmant la vie comme puissance de singularisation et production de normes ». Avec Carole Baudin (2021), nous pensons en outre que la danse, de même que le Qi Gong ou d'autres "techniques" du corps, peuvent contribuer à affiner notre compréhension du corps au travail, en ouvrant nos catégories d'analyse et d'expérience (perspective chorégraphique, voire rituelle ; relation dynamique à l'espace, au temps, aux autres, à soi-même...), et ainsi, ouvrir des pistes d'intervention favorisant une « réappropriation collective des questions relatives au corps en mouvement ou au corps en souffrance dans [les] système[s] de travail » (Uguen, Sablon, Carballeda, 2018).

Comment donc, par le corps, comprendre, élaborer, voire résoudre des questions qui se posent au travail, mais également accompagner leur expression, leur élaboration et leur symbolisation ? Comment accéder à ce qui est incorporé dans et par le travail, à « l'invisible du travail » fait corps, par l'expression et l'expérience même du corps ? Et en quoi cette approche directe peut-elle favoriser le développement du champ des perceptions d'une part et de la conscience du mouvement et de l'environnement d'autre part, et ainsi, permettre l'élaboration (en formation) et la transformation (en intervention) des gestes, des habitudes, la constitution de nouveaux savoir-faire, qui conduisent à plus de santé au travail ? Comment des approches créatives, intuitives, voire ludiques du corps au travail peuvent contribuer à mieux prendre en compte les émotions, la subjectivité, l'articulation entre corps et esprit, le rapport à l'environnement de travail... ? Enfin, comment remettre le corps au cœur de l'activité dans une perspective à la fois qualitative et organisationnelle sans être rattrapé par certains pièges ou limites du bien-être au travail et de l'individualisation des enjeux de la santé au travail ?

Ces questionnements relèvent autant d'enjeux théoriques, méthodologiques et éthiques pour l'ergonomie et les ergonomes. La dernière interrogation constitue d'ailleurs un dilemme pour Christelle Casse (qui pratique par ailleurs la danse-contact improvisation et en a utilisé les bases dans des contextes de préparation de groupes dans des séminaires de recherche) et Adeline Masson (diplômée d'une formation en Qi Gong), qui en tant qu'ergonomes, se sentent mal à l'aise et d'une certaine façon « empêchées » d'envisager des articulations possibles entre leurs pratiques du corps et leur pratique d'ergonome, malgré les potentialités qu'elles y voient.

Alain Moïse Arbib a quant à lui développé un enseignement du tango original, basé sur un travail d'écoute interne, entre partenaires et en lien avec la musique, qu'il propose en contexte professionnel, de formation et dans le cadre d'accompagnements individuels à un mieux sentir et laisser vivre. Sa pratique puise dans son expérience quotidienne des bals de tango argentin depuis près de 10 ans, et son apport théorique notamment dans le livre de Daniel Sibony, *Le corps et sa danse* (1995).

Dans ce cadre, l'objectif de son accompagnement est de faire émerger les ressources de chacun, de nouer des liens de confiance et trouver ou retrouver du plaisir au travail par une expérience partagée et incarnée. Les techniques du tango et la pratique du mouvement guidé permettent des analogies aux rôles et situations du travail. L'expérience du mouvement dansé guidé, individuelle et collective, ouvre vers une perception et une compréhension affinée du corps et de ses fonctionnements en rapport à l'environnement et aux autres, au bénéfice des gestes professionnels, pour un faire ensemble plus juste et à l'écoute. Savoir lâcher prise, comme le dit si bien François Roustang (2003) quand il répond à la question : "Pourquoi est-ce si difficile de s'abandonner ?"

¹ Cf. Schwartz, Y. (2000). *Le Paradigme ergologique ou un métier de philosophie*. Toulouse : Octarès.
Canguilhem, (1965). *La Connaissance de la vie*. Paris : Vrin.

“Parce que nous avons l'habitude de vouloir maîtriser notre existence. Dans notre monde, si nous voulons quelque chose, il faut avoir un projet, une stratégie. Mais quand notre existence subit des modifications, il faut s'y prendre autrement. La vie est toujours une invention, mais pour inventer, il faut se laisser inspirer. C'est l'histoire de tous les poètes, de tous les peintres, de tous les créateurs, et c'est aussi celle du patient qui veut guérir. Inventer demande d'accepter l'aventure et l'inconnu. On ne peut pas savoir à l'avance ce qui va se passer...”. Nous pensons aussi que c'est l'histoire de tous les travailleurs et travailleuses.

Nos expériences passées, réussies et appréciées par les participants et les structures qui nous ont fait confiance, nous ont donné l'envie de proposer cet atelier à nos pairs et de partager ainsi avec eux notre enthousiasme et nos interrogations.

Nous nous appuyerons sur notre connaissance de l'activité des ergonomes et des intervenants en santé au travail pour proposer des exercices en résonance avec cette dernière. Le but est d'amener les participants à explorer eux-mêmes les effets de ces expériences sur leurs perceptions, leur conscience du mouvement, leurs relations aux autres participants, à l'espace, et ainsi éprouver sur/en eux-mêmes le potentiel de “déplacement” et de transformation que l'usage de telles méthodes peut avoir sur eux et leur activité. Nous développerons notamment des exercices qui favorisent et mettent en jeu par le corps en mouvement l'écoute (sensorielle) de soi et des autres, le travail du regard et de l'observation, le guidage et l'accompagnement des autres...

Il s'agira donc de dérouler environ 1h30 de pratiques corporelles, en accompagnant chaque exercice de façon claire et en présentant ses objectifs mais en privilégiant l'agir à la parole.

Notre proposition est de mettre ensuite cette expérience en discussion avec les participants, en précisant si besoin certains fondements des disciplines mobilisées (le Qi Gong, le tango, la danse contact improvisation), notamment pour revenir sur nos interrogations et échanger sur les modalités, conditions et enjeux de mobilisation de ce type de méthodes et d'approches dans les interventions des ergonomes. Sur la base du volontariat, nous proposerons aussi aux participants de nous faire part de leurs ressentis et de leurs retours à distance de l'atelier : deux semaines après, par écrit ou sous la forme qui leur conviendra. Le cas échéant, ces retours feront l'objet d'une synthèse et d'une réponse de notre part, voire d'un prolongement des échanges, dont le cadre sera à définir avec les participant·e·s et avec la SELF.

CONDITIONS MATERIELLES

12 participants environ.
Une grande salle vide (environ 60 m²), si possible avec un parquet ou tapis de danse, avec un dispositif pour diffuser de la musique.

RATTACHEMENT DESIRE AUX THEMES DU CONGRES ET/OU AUX 10 THEMES DE LA SELF

- RECHERCHES ET PRATIQUES DE L'INTERVENTION EN ERGONOMIE
- ERGONOMIE ET INNOVATIONS
- ERGONOMIE, APPRENTISSAGE ET FORMATION
- Situations de vulnérabilité numérique, sociale, économique, démocratique, écologique : comment agir ensemble et durablement ?

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Baudin, C. (2021). Mise en abîme des “corps inspirés” : l'urgence du retour au sensible. Actes du 55^{ème} Congrès de la Self. L'activité et ses frontières. Penser et agir sur les transformations de nos sociétés. Paris 11, 12 & 13 janvier 2021.
- Bidet, A. (2007). Le travail entre corps et technique. *Communications*, 81. *Corps et techniques*.
- Roustant, F. (2003). *Il suffit d'un geste*. Paris : Editions Odile Jacob.
- Sibony, D. (1995). *Le corps et sa danse*. Paris : Editions du Seuil.
- Schwartz, Y. & Echternacht, E. (2009). Le corps-soi dans les milieux de travail : comment se spécifie sa compétence à vivre ? *Corps*, 6, 31-37.
- Uguen, C., Sablon, S., Carballeda, G. (2018). Intégration de la préparation physique dans l'approche ergonomique : quel dispositif pour quel(s) objectif(s) ? *Activités*, 15-2 | 2018, mis en ligne le 15 octobre 2018
- Lien vidéo - Atelier le corps au travail chez Ferrandi : Trouver du plaisir en travaillant et savoir le partager** proposé par Alain Moïse Arbib en 2021 : https://www.youtube.com/watch?v=8Ayi_B_LQ0Q&t=31s