

UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

PROJET DE MÉMOIRE PRÉSENTÉ
AU DÉPARTEMENT DE PSYCHOLOGIE
COMME EXIGENCE PARTIELLE
DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE (D. Ps.)

PAR JEAN-FRANÇOIS VÉZINA

L'ATTRIBUTION DE SENS DANS LE PHÉNOMÈNE DE
COINCIDENCES SIGNIFICATIVES EN PSYCHOTHÉRAPIE

(Dépôt initial 8 janvier 2024)

PROBLÉMATIQUE

Tout au long de la vie, et particulièrement dans l'expérience de la psychothérapie, la recherche de sens constitue un besoin complexe, vital et essentiel à satisfaire. Comme tous les besoins, il aurait une fonction adaptative tant pour l'individu que pour les collectivités qui tentent de le réguler (Panksepp, 2019). Or ce qui est adaptatif, satisfaisant et signifiant pour soi à l'échelle personnelle peut aller à l'encontre de ce qui est adaptatif, satisfaisant et signifiant pour l'autre à l'échelle collective et vice versa comme l'a souligné le neuroscientifique Sébastien Bohler dans son livre *Où est le sens ?* (Bohler, 2023).

De surcroît, la dérégulation du besoin de sens peut conduire à des états dépressifs qui poussent les individus et collectivités qui en souffrent vers des comportements irrationnels, voir même suicidaires comme l'ont soutenu plusieurs auteurs notamment (Jung, 1973) et (Frankl, 1988)

Ce serait lors de crises comme celle que nous avons vécues collectivement avec la pandémie en 2019 ou lorsque nous vivons personnellement des crises, événements et rencontres inattendues dont nous ignorons les causes et qui échappent à notre contrôle et nos prévisions que notre besoin de sens serait le plus sollicité dans notre cerveau (Bohler, 2023). C'est d'ailleurs la définition que donne le philosophe et mathématicien Antoine Augustin Cournot du hasard: « La coïncidence de deux ou plusieurs séries causales indépendantes qui échappent aux lois de la probabilité et à notre capacité d'en trouver les causes » (Sentis 2005). Les coïncidences significatives (CS) s'inscrivent dans cette catégorie et ont été étudiés initialement dans les années cinquante dans le contexte de la psychothérapie par le psychiatre suisse Carl Gustav Jung et le prix Nobel de Physique Wolfgang Pauli sous le concept de « synchronicité » (Jung, 1952). De façon concise, Jung définit la synchronicité comme une coïncidence chargée de sens de nature acausale, c'est-à-dire sans liens de causalité (Jung, 1952). Plus précisément, il décrit le phénomène de synchronicité par l'apparition simultanée d'un certain état psychique avec un ou plusieurs événements externes qui apparaissent comme des parallèles significatifs à l'état subjectif momentané (Jung, 1952).

L'exemple du scarabée chez une patiente de Jung résistante au traitement offre un exemple typique du phénomène de coïncidences significatives (CS) dans le processus de psychothérapie. Une patiente qui se trouvait dans une impasse thérapeutique et une transition de vie difficile fait un rêve dans lequel elle reçoit un scarabée doré. En racontant son rêve à Jung le lendemain dans le bureau de thérapie, un scarabée doré se cogne contre la fenêtre. Jung se lève pour ouvrir la fenêtre et le faire entrer dans l'espace thérapeutique et la patiente, fortement déstabilisée, s'ouvre au traitement et sa vie se transforme positivement.

D'où provient le sens de ce phénomène ? Comment comprendre l'attribution de sens dans cet exemple entre Jung et sa patiente ? Est-ce Jung qui « impose » son sens à la patiente, celle-ci vivant une transition de vie et étant alors plus vulnérable et perméable aux suggestions de son thérapeute ? Est-ce que des psychologues d'autres approches auraient réagi de façon similaire ? Est-ce que cette coïncidence aurait eu le même impact si le sens des événements avait été inversé à savoir si la patiente avait d'abord aperçu un scarabée dans le bureau de Jung puis rêvé ensuite de ce symbole ?

Personne d'autre que Jung et la patiente peuvent répondre à cette question. Le phénomène de synchronicité est très complexe et très peu de recherches empiriques ont été effectuées dans le corpus scientifique à ce jour (Roesler, C., & Reefschläger, G. I. (2022).

J'étudie ce phénomène depuis plus de 25 ans dans le domaine des rencontres qui nous transforment et j'ai publié un livre de psychologie populaire en 2001 sur le sujet. J'ai proposé dans *Les Hasards Nécessaires* (Vézina 2001) un ensemble de critères pour les reconnaître, mais je ne disposais et nous ne disposons toujours pas à ce jour de données empiriques suffisantes et convaincantes pour vérifier ces affirmations, ce qui motive la présente recherche.

RÉCENSION DES ÉCRITS

En neuroscience, le sens est décrit comme la capacité du cerveau à prédire ce qui va arriver (Bohler, 2023). Cette capacité aurait procuré un avantage évolutif indéniable chez les humains. « Lorsqu'un être vivant est capable de prédire ce qui va arriver à partir de ce qu'il observe autour de lui, il décuple son pouvoir de contrôle et de décision. Il peut rechercher les situations les plus avantageuses et fuir celles qui sont potentiellement dangereuses. Il a un temps d'avance sur le réel. La prédiction donne le contrôle. » (Bohler, 2023, p.22).

Le besoin de sens proviendrait de la structure du cerveau appelée le *cortex cingulaire antérieur*. Selon Bohler (Bohler 2023) le rôle du *cortex cingulaire antérieur* serait de prévoir ce qui risque d'arriver et serait activé en cas d'erreur de prédication.

Le besoin de sens serait intimement lié à la conscience chez l'humain. Mark Solms, (Solms, 2022) va dans le même sens que Bohler en indiquant que notre cerveau serait constamment en train de réduire au maximum le chaos et l'imprévu afin de créer un ordre relatif qui nous permet de nous adapter et prédire les phénomènes que nous rencontrons dans le monde. Solms pose l'hypothèse que la structure physiologique responsable « d'allumer » la conscience, principal allié de régulation de notre besoin de sens, serait une structure qui se trouverait dans les zones

très anciennes du cerveau au niveau *de la formation réticulée* et non dans les couches plus récentes du cerveau comme dans le néo cortex.

D'un point de vue énergétique, le cerveau, tenterait de réduire au maximum l'entropie dans son environnement interne et externe au moyen du « thermostat » de la « conscience » et des émotions selon le principe d'homéostasie. Le rôle de la conscience serait alors de limiter au maximum le chaos et l'incertitude (Solms, 2022), mécanisme appuyé par le *cortex singulaire antérieur*, (Bohler 2023) mais dépenserait beaucoup d'énergie pour y arriver.

Or si le cerveau qui “pilote” notre conscience est occupé à limiter le chaos et réduire la complexité au maximum, si notre cerveau est conditionné à chercher un ordre et une « agentivité » qui correspond qu'à ce qu'il connaît, ce qu'il contrôle et ce qui le rassure, comment la nouveauté peut-elle entrer dans le champ de notre conscience ?

En physique fondamentale, l'émergence spontanée de nouveauté serait issue non pas des lois causales et probabilistes du hasard classique mais de « l'aléa du monde quantique » (Connes, dans (Vézina 2020). Favoriser la nouveauté naturellement et spontanément dans la nature et dans notre conscience pourrait être alors l'un des rôles clés des coïncidences significatives de nature « a causales » afin de favoriser nos facultés d'adaptations tant aux échelles personnelles que collectives ce qui est corroboré par l'un des physiciens les plus sérieux et rigoureux dans le domaine, David Peat (Peat, 2000).

Selon Peat (Peat, 2000), la synchronicité créerait une sorte de pont entre la matière objective et l'esprit subjectif pour favoriser notre adaptation face au chaos. Cette proposition va aussi dans le sens de ce que son collègue et proche contemporain d'Einstein, David Bohm nomme « l'ordre impliqué » et « l'ordre déployé ». Le phénomène de synchronicité ferait entrer de la nouveauté, émergeant de l'aléa quantique d'un ordre impliqué inaccessible à nos instruments et mesures objectives. Comme le proposait le responsable de la traduction des livres de Jung, Michel Cazenave, dans un livre sur le sujet écrit notamment avec le physicien Hubert Reeves (Cazenave et al 1995), le phénomène de coïncidences significatives présenterait une incursion du monde « A causal » qui déstabiliserait la conscience du sujet au point d'attirer notre attention sur les opportunités et les nécessités de changer quelque chose et de mieux nous adapter à notre environnement.

SYNCHRONOCITÉ, CRÉATIVITÉ ET RÉGULATION DES ÉMOTIONS

Cette propriété créative de la synchronicité est corroborée par la psychologue Terry Marks Harlow (Marks-Tarlow, 2020) qui a étudié les liens entre les systèmes complexes décrits par

la théorie du chaos et la synchronicité. J'ai aussi exploré cette hypothèse des propriétés créatives et adaptatives de la synchronicité dans la nature et la psyché en lien avec les travaux du mathématicien Alain Côté sur l'aléa quantique dans un article sur le sujet (Vézina, 2020). La synchronicité génèrerait un effet émotionnel de surprise chez le sujet qui traduirait la présence d'une très grande charge émotionnelle et d'une nécessité d'attention de la conscience du sujet en vue de son adaptation.

Le rôle homéostatique des émotions dans la régulation des besoins dont particulièrement le besoin de sens est corroboré par les recherches de Panksepp (Panksepp, 2019). Ses recherches qui font office de référence dans le domaine ont pu démontrer le rôle central des émotions dans la satisfaction des besoins chez les humains, en particulier pour le besoin de sens qui mettrait en scène les systèmes « Seek » and « Play » (Panksepp, 2019).

Nous oscillons alors perpétuellement entre l'ordre et le chaos, entre le désir de contrôler les choses qui ne nous conviennent pas dans notre environnement et la nécessité de nous adapter au chaos du monde afin d'épouser les changements qui échappent à notre contrôle.

Sur quoi nous portons notre attention lorsque le chaos survient et que nous faisons l'expérience de rencontres inattendues qui semblent déjouer les lois du hasard ? Qu'est-ce qui nous fait dépenser le plus d'énergie attentionnelle lorsque nous ne pouvons contrôler ce qui arrive ?

Le mécanisme de « l'agentivité » nous éclaire aussi sur les mécanismes d'attribution de sens chez les humains qui oscillent continuellement entre besoin de sécurité et recherche de nouveauté pour s'adapter. Le cerveau humain serait expert dans la détection d'agent, ce que le psychologue Justin Barret a nommé le détecteur d'agentivité hyperactif (DAH), (Barrett 2011). De façon générale, la détection d'agent est la tendance des humains à présumer l'intervention réfléchie d'un « agent conscient ou intelligent » dans des situations qui peuvent ou non en impliquer. Les cerveaux les plus complexes comme celui des humains permettent de créer des comportements hautement élaborés de collaboration qui nécessitent d'être capable de comprendre les intentions des autres afin d'anticiper les dangers et les actions les plus optimales. En tant qu'humains, nous pouvons communiquer via un langage articulé, et avons accès à un champs de symboles très riche. Notre cerveau excelle à interpréter les intentions et toutes les formes d'actions dans notre environnement qui relèvent d'un projet, d'une volonté, c'est-à-dire les résultats de la présence d'un « agent ».

Pour l'humain, le principal danger, mais aussi, paradoxalement, la principale ressource aussi, sont les autres humains. En matière d'énergie attentionnelle, ce qui doit être détecté avant tout, et ne jamais rester inconnu, est donc la présence d'une intention « humaine » derrière le chaos,

les bruits, les mouvements, les objets qui nous entourent. Ceux qui ont perdu à ce jeu n'ont pas laissé de descendant, les autres sont nos ancêtres ; ils nous ont légué leurs gènes. Naturellement, nous « voyons » donc de l'humain partout ce qui peut activer un état de vigilance paranoïaque. Nous donnons du sens à des choses qui n'en ont pas, nous voyons des connexions dans la course aléatoire des événements (une disposition qu'on appelle apophénie), sous-estimant la puissance organisatrice du hasard et des aléas du quantique.

En psychiatrie, une apophénie est une altération de la perception qui conduit un individu à attribuer un sens particulier à des événements banals en établissant des rapports non motivés entre les choses. Tout lui paraît avoir été préparé pour lui : par exemple pour le tester, pour lui transmettre un enseignement caché etc.

PATHOLOGIE DU SENS

Nous voyons donc que l'un des principaux problèmes de l'étude des coïncidences significatives est l'attribution de sens qui peut soit favoriser la créativité et l'adaptation ou nous reconforter dans nos croyances limitantes et déréguler notre besoin de sens dans des délires paranoïaques. Jung lui-même, tout comme Marie Louise Von Franz et Michel Cazenave et même l'astrophysicien Hubert Reeves ont mis en garde les chercheurs de synchronicités sur les risques de basculer dans la paranoïa dans un ouvrage collectif sur le sujet. (Cazenave et all, 1995)

Il y aurait une population d'individus qui manifestent une propension à surinterpréter les actes et les paroles, à suspecter complots et conflits d'intérêts, à attribuer des intentions à leurs contradicteurs, voire qui prétendent connaître les vraies motivations d'autrui. Les facteurs favorisant l'attribution de sens adaptatifs devront être identifiés dans la présente recherche pour enrichir nos connaissances sur les mécanismes d'attributions de sens dans le phénomène des CS.

ACTIVATION ARCHETYPALE

Si on aborde l'attribution de sens des coïncidences significatives dans le processus de psychothérapie. Plus spécifiquement, l'Ordre des psychologues du Québec (2024) définit la psychothérapie comme « Un traitement psychologique. Elle vise à provoquer des changements d'attitudes, de comportements, de manières de penser ou de réagir chez une personne, afin de lui permettre de mieux se sentir, de trouver des réponses à ses questions, de résoudre des

problèmes, de faire des choix, de mieux se comprendre ». Comment distinguer les coïncidences significatives qui enrichissent ce processus de ceux qui renforcent les défenses du patient ou encouragent la superstition et ou la pathologie du sens ?

La plupart des auteurs qui étudient le sujet s'entendent pour identifier la présence d'émotions intenses lors de CS et le facteur de transformation significatives dans la vie de l'individu (Beitman 2022), (Hopcke 2009) (Hogenson 2009) comme critères essentiels de la synchronicité. Ces deux critères sont assez centraux pour démarquer les coïncidences banales de celles qui entrent dans le phénomène de synchronicité tel que rapporté initialement par Jung et que nous tenterons de détecter dans notre échantillon de CS.

Jung (Jung 1952) souligne que l'intensité émotionnelle lors de ce phénomène indiquerait l'activation d'archétypes dont le patient doit prendre conscience en psychothérapie pour composer avec le monde et l'inconscient. Jung a mis en évidence la nature des archétypes en tant que facteurs formels responsables de l'organisation des processus psychiques inconscients : ce seraient des "modèles de comportement. En même temps, ils ont une charge et un spectre spécifique et développent des effets « numineux » qui s'expriment sous forme d'affects » (Jung, 1952) Selon Jung, il existerait des formes innées d'intuitions, à savoir les archétypes qui influencent la perception et la compréhension du monde, qui seraient les déterminants a priori nécessaires de tous les processus psychiques. Tout comme ses instincts obligent l'homme à adopter un mode d'existence spécifiquement humain, de même les archétypes contraignent ses perceptions pour suivre des modèles spécifiquement humains. (Jung, 1919)

L'activation archétypale dans le phénomène de coïncidence significative pourrait être compris à la lumière du concept de « densité symbolique » proposé par Hogenson qui y voit alors un lien avec l'activation des archétypes lors de synchronicité (Hogenson, 2009).

Azziz (Azziz, 1990) va dans le même sens et pourrait nous servir de repères dans la collecte de données pour détecter la présence d'authentiques coïncidences significatives. Ainsi, est-ce que les coïncidences significatives présentent :

1. Un sens parallèle (les événements tombent en même temps, ce sont des coïncidences qui défient les probabilités, mais ne génèrent pas d'émotions ou de sens particuliers)
2. Des événements qui "tombent" en même temps avec une charge émotionnelle très importante
3. Des événements qui "tombent" en même temps et transforment quelque chose dans la vie de l'individu.
4. Des événements ont une portée archétypale objective et l'émotion tout comme le changement ne s'observent pas seulement pour une personne, mais aussi à travers une « vague

de sens » affectant l'environnement du sujet et toutes les personnes impliquées, dans le cas de notre étude, la personne même du psychothérapeute qui enrichit son intervention au contact de la ou des coïncidences significatives (CS).

Pour notre étude, nous aurons à choisir le terme exact pour désigner le phénomène à étudier. Dans la longue correspondance entre Jung et le physicien et prix Nobel Wolfgang Pauli qui a conduit à développer ce concept en parallèle avec la physique quantique, Pauli propose que les phénomènes synchronistiques, n'étant pas nécessairement « synchrones » (au sens de « simultanés »), la synchronicité serait un terme quelque peu trompeur. Pour cette raison, Pauli a préféré parler de 'correspondances significatives' sous l'influence d'un agent et ou d'un « agencement acausal » archétypique. Nous opterons pour le terme de « coïncidences significatives » (CS) qui fait plus consensus pour la présente recherche et qui nous permettra aussi de ne pas nous enfermer que dans l'approche jungienne pour l'étudier.

Nous aurons aussi à décider si nous étudions les coïncidences dans le cadre de la psychothérapie uniquement ou en dehors de la psychothérapie. Hopcke (2009) distingue les coïncidences dans l'espace de la psychothérapie de celles qui sont vécues en dehors de la thérapie en privilégiant les premières parce qu'elles s'approchent le plus de celle qu'a vécu Jung avec l'exemple du scarabée et délimite l'observation dans les mesures du possible.

Nous privilégierons les coïncidences vécues dans le processus de psychothérapie en mettant l'accent sur la co-construction de sens entre le psychothérapeute et le patient qui en fait l'expérience pour tenter d'atteindre une certaine indépendance de sens et pour chercher des invariants qui ne seront pas seulement attribuables à l'état de vulnérabilité du patient, à l'imposition d'un sens par le psychothérapeute et ou à une approche théorique spécifique.

COINCIDENCES SIGNIFICATIVES ET PSYCHOTHÉRAPIE GESTALTISTE DES RELATIONS D'OBJETS

Comme mentionné précédemment, la régulation émotionnelle est au cœur du processus de psychothérapie, peu importe l'approche théorique. De plus, l'intensité émotionnelle est l'une des caractéristiques essentielles de la coïncidence significative. En Psychothérapie Gestaltiste des relations d'objets (PGRO, cette régulation affective est favorisée par la relation thérapeutique créée en champs 1 et en champs 2 (Delisle et Girard, 2012). Le champs 1 inclut tout ce qui se passe ici et maintenant entre le psychothérapeute et son client et le champs 2, toute l'histoire relationnelle entre les deux individus qui activent des patterns relationnels à identifier pour favoriser une meilleure adaptation du patient. C'est en observant ce qui se passe

dans ces 2 champs que nous serons susceptibles de découvrir des enchevêtrements de coïncidences qui seront déclenchées par l'intensité émotionnelle du processus de psychothérapie et l'histoire vécue par le patient avec son psychothérapeute. En PGRO, il y a nécessité de vivre les 3 R à savoir la répétition, la reconnaissance et la réparation des patterns non adaptatifs.

Complémentairement à l'intégration de la charge émotionnelle et symbolique des archétypes qui sont des patterns que nous devons détecter comme le propose l'approche jungienne, la détection des patterns qui se répètent, se reconnaissent et se transforment par des coïncidences significatives dans le champ relationnel crée entre le psychologue et son patient proposée par l'approche de la PGRO pourra fournir un matériel complémentaire d'étude à une recherche uniquement jungienne.

RECHERCHES EMPIRIQUES SUR LES COINCIDENCES SIGNIFICATIVES EN PSYCHOTHÉRAPIE

La revue de littérature montre que l'étude empirique des coïncidences significatives sont très rares. La plupart des livres et articles se concentrent sur des hypothèses et points de vue théoriques sur le phénomène. Nous allons nous inspirer de deux études qualitatives récentes pour bâtir notre devis de recherches. D'abord l'étude de Roesler, C., & Reefschläger, G. I. (2022) qui visait à identifier comment la synchronicité peut enrichir le processus de psychothérapie. Sur un échantillon de 46 thérapeutes, 42 ont rapportés des expériences de synchronicités significatives pour eux et leurs patients. La limite principale de cette recherche qualitative est qu'elle a été effectuée seulement sur des thérapeutes jungiens. Elle a par ailleurs mis en lumière l'apport de la fonction transcendante qui est la fonction intégratrice des archétypes dans le processus de psychothérapie.

L'autre recherche qualitative dont nous allons nous inspirer est celle de Elizabeth C. Roxburgh, Sophie Ridgway & Chris A. Roe (2015) Les auteurs ont réalisé une recherche phénoménologique sur la synchronicité en thérapie avec des thérapeutes de plusieurs orientations théoriques. Cinq des participants étaient des femmes et quatre des hommes, âgés de 39 à 64 ans et dont la durée de pratique variait entre 5 et 22 ans. Les résultats de cette recherche suggèrent que les coïncidences significatives (CS) peuvent servir à renforcer la relation thérapeutique dans la mesure où les participants ressentent un plus grand sentiment de connexion avec les clients. Les participants ont également perçu les CS comme des précurseurs

utiles d'informations sur le processus thérapeutique, et comme un moyen de surmonter les difficultés de communication entre le client et le thérapeute qui transcendent alors la dimension uniquement verbale de la thérapie pour offrir une représentation symbolique plus riche et plus complète intégrant tant le rationnel que l'émotionnel.

OBJECTIFS ET QUESTIONS DE RECHERCHES

Nous constatons que le domaine de la psychothérapie, riche de possibilités pour l'attribution de sens, a peu été étudié en termes de descriptions et d'optimisation des coïncidences significatives pour réguler le besoin de sens.

L'objectif général de cette recherche sera donc d'enrichir notre description et notre compréhension de l'attribution de sens dans le phénomène de coïncidences significatives du point de vue de la co construction de sens entre les psychothérapeutes et les patients qui en font l'expérience à l'intérieur de la psychothérapie.

L'objectif de cette étude qualitative n'est donc pas de tenter de prouver le phénomène, mais de recueillir des données avec des psychothérapeutes d'expériences afin d'étudier comment une meilleure connaissance des CS pourrait enrichir le processus de psychothérapie.

Nous formulerons notre question de recherche de la manière suivante :

Comment les psychothérapeutes aident leurs patients à attribuer du sens lors de coïncidences significatives en psychothérapie et quels sont les effets transformateurs de telles expériences chez eux et leurs patients ?

Un sous objectif sera d'affûter les perceptions des CS et d'identifier les modalités des CS qui peuvent avoir un effet transformateur sur eux et sur le patient.

Un autre sous objectif sera de voir comment l'attribution de sens dans le phénomène des coïncidences significatives peut se pathologiser et renforcer plutôt les défenses du psychothérapeute et du patient plutôt que le processus de régulation des émotions et du besoin de sens.

L'étude de ces éléments permettra plus largement d'explorer la façon dont les coïncidences significatives peuvent éventuellement être mises au service du processus de psychothérapie.

MÉTHODOLOGIE

Comme l'a souligné l'astrophysicien Hubert Reeves dans le livre *La Synchronicité, l'âme et la science* (Cazenave et al., 1995), l'approche positiviste et les outils statistiques ne sont pas les meilleurs outils pour étudier la synchronicité. Il cite notamment les recherches de Jung qui avait recours naïvement aux statistiques pour étudier la synchronicité dans une étude astrologique sur les couples qui posait des biais interprétatifs importants.

Ainsi, parce que le phénomène de coïncidences significatives n'est pas reproductible sur commande et parce que nous cherchons à décrire et comprendre l'essence phénoménologique des coïncidences significatives, nous nous tournons vers une approche qualitative.

Les méthodes qualitatives s'intéressent à l'unicité de l'expérience subjective de chaque individu afin de dégager une description détaillée et une compréhension nuancée des phénomènes humains (Ponterotto, 2005).

La puissance des méthodes qualitatives réside en leur capacité de porter attention à la parole des acteurs concernés et à dévoiler certaines dimensions d'un phénomène qui auraient pu rester ignorées ou négligées (Polkingorne, 2006). L'un des principes épistémologiques à la source des méthodes qualitatives est celui de la co-construction des savoirs. C'est pourquoi la présente recherche adhère au paradigme constructiviste-interprétatif.

Le paradigme de recherche constitue le système de croyances ou la vision du monde qu'adopte le chercheur et duquel procède son choix de démarche et de méthode de recherche. S'il guide les choix méthodologiques, le paradigme représente avant tout le cadre ontologique, épistémologique et conceptuel d'arrière-plan suivant lequel un phénomène donné est appréhendé (Guba et Lincoln, 1994). Puisque cette recherche s'intéresse au phénomène de l'attribution de sens qui a une portée personnelle et sociale et qu'elle s'intéresse à l'expérience vécue des personnes concernées, le paradigme constructiviste-interprétatif nous apparaît tout indiqué. Selon ce paradigme, la réalité sociale est foncièrement construite, subjective et dépendante du contexte sociohistorique qui l'héberge ; elle est donc nécessairement relative et multiple (Ponterotto, 2005). Cette conception s'oppose à une vision réaliste de la connaissance selon laquelle la réalité est une entité externe, objectivable, indépendante du contexte du chercheur qui attendrait d'être dévoilée. Le relativisme ontologique auquel ce paradigme adhère se distingue toutefois d'un relativisme absolu qui nierait toute possibilité de connaissance. La connaissance est possible, mais elle sera conçue comme émanant du dialogue interactif entre chercheurs et participants. La réalité d'un phénomène est donc « co-construite » plutôt que « découverte ». Le chercheur se doit d'exposer de façon explicite ses présupposés,

ses attentes et ses ressentis vis-à-vis de son objet. En retour, les participants affectent sa subjectivité, voire ébranle ses présupposés. C'est par le dialogue entre ces deux postures que le sens d'un phénomène pourra émerger tout comme le sens émerge dans une synchronicité d'une superposition de deux niveaux de réalité (physique et psychique) dans l'espace relationnel entre un psychothérapeute et son patient.

COLLECTE DE DONNÉES

L'approche phénoménologique-interprétative requiert une méthode de recueil de données permettant aux participantes d'offrir un compte-rendu riche, détaillé et personnalisé de leur expérience (Smith et Shinebourne, 2012).

La forme d'entretien que nous allons privilégier ici est de type semi-structuré dont l'objectif est de favoriser l'expression la plus subjective et la plus libre possible (Antoine et Smith, 2017). La conduite de l'entretien est semi-directive de façon à permettre à chaque sujet de faire état de son expérience en ses propres termes. La personne interrogée est tenue pour l'expert d'une question la touchant directement et l'expert du sens à donner à son expérience, sens qu'il s'agit toutefois de co-construire en entretien (Smith et Osborn, 2015). Pour ce faire, l'attitude de l'intervieweur doit faciliter l'effort d'exploration, d'explicitation et d'interprétation du participant. Il doit faire montre d'ouverture et de curiosité pour le monde interne du participant, s'abstenant autant que faire se peut d'imposer sa propre compréhension et d'influencer indûment le contenu de l'entrevue.

L'entretien semi-structuré que nous proposons d'utiliser dans cette recherche présente l'avantage de laisser émerger des angles et des thèmes non anticipés du phénomène à l'étude. Dans un premier temps, un corpus de questions ouvertes de base sera préparé en vue d'initier et guider l'interaction avec les participants qui seront rencontrés individuellement. Suivant une démarche inductive, nous allons l'enrichir au fil des contributions des participants.

Les entretiens individuels des participants psychothérapeutes seront enregistrés en format audio au moyen d'une enregistreuse numérique.

Chaque entretien débutera par les questions ouvertes et descriptives initiales au moyen d'un canevas inclut en annexe. Manœuvrant à l'intérieur d'un cadre semi structuré, nous prendrons la liberté de ne pas suivre systématiquement la même séquence lors de chaque entrevue, afin d'adapter les questions à la réalité des participants.

Nous nous donnons la latitude de délaisser certaines thématiques lorsqu'elles nous sembleront moins évocatrices pour un participant afin d'approfondir celles qui l'inspiraient davantage.

Dans cette présente recherche qualitative d'orientation phénoménologique-interprétative, notre échantillon reflète le choix de l'approche méthodologique et se fonde sur l'exigence de développer une analyse en profondeur de l'expérience vécue de chaque participant, ce qui demande un temps considérable (Smith et Shinebourne, 2012). Elle se justifie par la volonté de maîtriser l'ensemble d'un corpus pour en dégager une vision globale, exercice qui deviendrait vite inapplicable avec un grand effectif (Antoine et Smith, 2017).

Les entretiens présentent les descriptions les plus riches et les plus détaillées nous permettrons d'exposer un ensemble de thèmes qui soit compréhensif et minutieux (Antoine et Smith, 2017).

ANALYSES DE DONNÉES

La démarche d'analyse que nous allons adopter sera celle de l'analyse phénoménologique interprétative (API). La démarche débutera avec quelques lectures de la transcription d'un premier cas et l'écoute de l'enregistrement afin de me familiariser avec son contenu. Tel que le recommandent Smith et Osborn (2007) chaque entretien sera analysé séparément pour plonger dans l'univers de chacune, relever les thèmes et les questionnements nouveaux ou récurrents et repérer les modulations dans l'expérience vécue et situer les entretiens aux différents temps de l'étude.

Dès la deuxième lecture d'un entretien, des annotations seront inscrites dans un style assez libre en marge du texte. Les annotations mettront en relief les extraits signifiants, les contradictions du discours, les non-dits ainsi que tout ressenti, question ou hypothèse du chercheur, voire tout élément temporairement non accessible à l'analyse (Antoine, 2017). Nous dégagerons ensuite dans une autre marge une première série de thèmes, en veillant à rester au plus près du vocabulaire du participant. Ces thèmes seront graduellement rassemblés sous des thèmes de plus haut niveau ou entités conceptuelles qui serviront à construire un tableau de thèmes et d'extraits associés. Ce tableau devrait illustrer les similitudes et les divergences intra et inter-participantes. Cette méthode ne suit pas une logique linéaire, mais obéit à un principe de circularité suivant lequel des allers-et-retours réitérés entre l'ensemble et ses parties deviennent vite indispensables (Antoine, 2017). Par exemple, un nouveau thème apparaissant au deuxième entretien analysé pourra suggérer une lecture différente des premiers entretiens appelant une relecture ou l'affinement des thèmes existants. Une fois tous les entretiens analysés et le tableau de thèmes constitué, une autre forme d'analyse pourra être envisagée : l'analyse en mode écriture. Cette forme d'analyse plus intuitive, passant par l'écriture libre, peut intervenir à un moment ou à un autre de la recherche ou constituer en elle-même une

stratégie d'analyse suffisante (Paillé et Mucchielli, 2016). En effet la mise en écriture et en réécriture, passant par les procédés de reformulation, d'explicitation et de théorisation, peut tenir lieu d'un travail analytique et interprétatif valable en soi ou susceptible d'enrichir une méthode d'analyse plus systématique. Enfin, comme l'indique Antoine « la fin des analyses n'est pas liée à un principe de saturation, mais plutôt à l'atteinte d'une compréhension satisfaisante du matériel disponible » (Antoine, 2017).

PARTICIPANTS

Pour recruter nos psychothérapeutes, nous allons diffuser des annonces dans la revue de l'Ordre des psychologues, au CIG (Centre d'Intervention Gestaltiste et à l'association des psychanalystes jungiens du Québec.

Pour inviter les participants, nous allons leur poser la question d'amorce suivante « Avez-vous déjà fait l'expérience de coïncidences significatives lors du processus de psychothérapie ? » Nous allons fournir en même temps l'exemple du scarabée de Jung pour donner un exemple et les situer dans ce que nous cherchons

Pour pallier aux biais théoriques tels que rapportés par la recherche de Roesler, C., & Reefschläger, G. I. (2022) nous allons inviter des psychologues de 2 écoles différentes. L'Approche Jungienne et la PGRO

Ce choix permettra de comparer deux approches qui mettent de l'avant l'importance de la relation en psychothérapie et ont comme objectifs la régulation émotionnelle et une meilleure conscience des patterns relationnels.

CRITÈRES D'INCLUSIONS

4 psychologues d'expériences (10 ans ou plus de pratique) d'orientation jungienne

4 psychologues d'expériences (10 ans ou plus de pratique) d'orientation PGRO

Les psychologues devront faire partie de l'ordre des psychologues du Québec

L'âge et le sexe des participants se situera entre 30 et 70 ans

CRITÈRES DE SCIENTIFICITÉ

Cette recherche répond aux critères de rigueur assurant la qualité d'une recherche qualitative. Tracy (2010) en propose huit : Premièrement, un sujet d'intérêt, c'est-à-dire un sujet pertinent,

opportun, significatif et évocateur. En absence de structures sociales qui endiguent notre besoin de sens comme le faisait autrefois la religion, ce thème apparaît comme très important à étudier. Deuxièmement, la richesse des données pour rendre compte de la complexité du phénomène étudié. Troisièmement, la sincérité exprimée dans la transparence et dans la démarche réflexive de notre recherche. Pour ma part, j'étudie ce phénomène depuis près d'un quart de siècle et je désire confronter mes propres croyances et idées sur le sujet dans le cadre rigoureux d'une recherche. Quatrièmement, la crédibilité des résultats obtenue par l'immersion dans les données, la profondeur des descriptions et la cristallisation des thèmes. Cinquièmement, la résonance auprès des lecteurs dans le domaine. Sixièmement, la contribution significative de la recherche au plan du développement des connaissances et des pratiques, au plan heuristique ou encore pratique (dans l'amélioration de la qualité de vie des individus et de leur pouvoir d'agir sur le sens de leur vie, par exemple). Septièmement, l'éthique procédurale, relationnelle et situationnelle de la recherche. En effet, trop souvent dans le domaine de la synchronicité, les auteurs proposent de vendre des techniques, un livre ou un produit qui biaise automatiquement les résultats. Et huitièmement, la cohérence entre les objectifs initiaux, les théories, les méthodes employés et les interprétations.

CONSIDÉRATIONS ÉTHIQUES

Le matériel qui provient des psychologues devra respecter l'anonymat du matériel des thérapeutes et des clients en masquant les noms et en modifiant certains éléments secondaires des récits permettant d'identifier clairement les personnes.

CANEVAS D'ENTRETIENS

- 1) Quelle place faites-vous à l'imprévu et aux coïncidences dans le processus psychothérapeutique ?
- 2) Décrivez une expérience de coïncidence entre vous et votre patient dans le processus psychothérapeutique ?
- 3) Comment définiriez-vous une coïncidence significative pour vous ?
- 4) En quoi cette expérience a été aidante pour vous comme thérapeute ?
- 5) En quoi cette expérience a été aidante pour votre patient ?
- 6) Quel est le sens que vous avez retiré de cette expérience ?
- 7) Dans quel état d'esprit vous vous trouviez lors de cette coïncidence ?
- 8) Dans quel état d'esprit se trouvait votre patient lors de cette coïncidence ?
- 9) Quels effets avez-vous observés chez vous après cette coïncidence ?
- 10) Quels effets avez-vous observés chez votre patient après cette coïncidence ?
- 11) Avez-vous des questions concernant cet entretien ?
- 12) Y a-t-il d'autres choses que cet entretien vous a permis de comprendre sur ce sujet ?

RÉFÉRENCES

- Antoine, P. (2017). Chapitre 2. L'analyse interprétative phénoménologique. Dans M. S. Delefosse (Éd.), *Les méthodes qualitatives en psychologie et sciences humaines de la santé* (pp. 33-59). Dunod.
- Antoine, P., & Smith, J. A. F. (2017). Saisir l'expérience : présentation de l'analyse phénoménologique interprétative comme méthodologie qualitative en psychologie. *Psychologie Française*, 62(4), 373–385.
- Atmanspacher, H. (2014). Le monisme à double aspect selon Pauli et Jung. *Revue de Psychologie Analytique*, 3(1), 105. <https://doi.org/10.3917/rpa.003.0105>
- Atmanspacher, H., & Primas, H. (2009). *Recasting reality : Wolfgang Pauli's philosophical ideas and contemporary science* (Vol. 1). Springer. <http://site.ebrary.com/id/10252216>
- Atmanspacher, H., & Rickles, D. (2022). *Dual-aspect monism and the deep structure of meaning* (Vol. 1). Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/books/e/9781003270584>
- Aziz, R. (1990). *C. G. Jung's Psychology of Religion and Synchronicity*. State University of New York Press.
- Barrett, J. L. (2011). *Cognitive science, religion, and theology: from human minds to divine minds*. Templeton Press.
- Beitman, B. (2022). *Meaningful Coincidences How and Why Synchronicity and Serendipity Happen* (Vol. 1). Inner Traditions International, Limited. <https://public.ebookcentral.proquest.com/choice/PublicFullRecord.aspx?p=7046386>
- Beitman, B. D. (2009). Brains Seek Patterns in Coincidences. *Psychiatric Annals*, 39(5). <https://doi.org/10.3928/00485713-20090421-02>
- Beitman, B. D., Celebi, E., & Coleman, S. L. (2009). Synchronicity and healing. In D. Monti & B. D. Beitman (Eds.), *Integrative psychiatry*. Oxford University Press.
- Bohler, S. (2020). *Où est le sens?*. Robert Laffont.
- Cazenave, M., Reeves, H., Solié, P., Pribram, K. H., Etter, H., & von Franz, M. L. (1995). *La Synchronicité, l'âme et la science*. Albin Michel.
- Delisle, G., & Girard, L. (2012). *La psychothérapie du lien*. Éditions du CIG.
- Frankl, V. E. (1988). *Découvrir un sens à sa vie : avec la logothérapie* (Ser. Actualisation). Ed. de l'Homme.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 105–117). Sage Publications, Inc.

- Girard, M. et al. (2015). Le chercheur et son expérience de la subjectivité : une sensibilité partagée. *Spécificités*, 8(2), 10-20. <https://doi.org/10.3917/spec.008.0010>
- Hanson, D., & Klimo, J. (1998). Toward a phenomenology of synchronicity. In R. Valle (Ed.), *Phenomenological inquiry in psychology: Existential and transpersonal dimensions* (pp. 281-307). Plenum Press.
- Hogenson, G. B. (2009). Synchronicity and moments of meeting. *Journal of Analytical Psychology*, 54(2), 183-197. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5922.2009.01769.x>
- Hopcke, R. (2009). Synchronicity and psychotherapy: Jung's concept and its use in clinical Work. *Psychiatric Annals*, 39(5), 287–296. <https://doi.org/10.3928/00485713-20090424-01>
- Jung, C. G. (1919). Instinct and the unconscious. In *Collected Works* (Vol. 8, pp. 129-138).
- Jung, C. G. (1951). On synchronicity. In *Collected Works* (Vol. 8, 2nd ed., pp. xx-xx). Routledge & Kegan Paul.
- Jung, C. G. (1952). Synchronicity: an acausal connecting principle. In *Collected Works* (Vol. 8, 2nd ed., pp. xx-xx). Routledge & Kegan Paul.
- Jung, C. G. (1973). *Ma vie : souvenirs, rêves et pensées* (Nouv. éd. rev. et augm. d'un index., Tirage de 1981, Ser. Collection témoins). Gallimard.
- Marks-Tarlow, T. (2020). *A fractal epistemology for a scientific psychology : Bridging the personal with the transpersonal* (Vol. 1). Cambridge Scholars Publishing. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&scope=site&db=nlebk&db=nlabk&AN=2349566>
- Main, R. (2004). *The Rupture of Time: Synchronicity and Jung's Critique of Modern Western Culture*. Brunner-Routledge.
- Main, R. (2007). *Revelations of Chance: Synchronicity as Spiritual Experience*. State University of New York Press.
- Morrow, L. S. (2005). Quality and trustworthiness in qualitative research in counselling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 250-260. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.2.250>
- Nalbantian, S., & Matthews, P. M. (2019). *Secrets of creativity : What neuroscience, the arts, and our minds reveal*. Oxford University Press.
- Ordre des psychologues du Québec. (2024.). Qu'est-ce que la psychothérapie? Récupéré le [5 janvier 2024], de <https://www.ordrepsy.qc.ca/la-psychotherapie>
- Paillé, P., & Mucchielli, A. (2016). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Armand Colin. <https://doi.org/10.3917/arco.paill.2016.01>
- Panksepp, J. (2019). Emotional Foundations of Creativity : The Brain's SEEKING System. In S. Nalbantian & P. M. Matthews (Eds.), *Secrets of Creativity : What Neuroscience, the*

Arts, and Our Minds Reveal (p. xx). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oso/9780190462321.003.0011>

Peat, D. (2000). *La synchronicité: Un pont entre l'esprit et la matière*. Éditions du Rocher/Le Mail.

Polkinghorne, D. E. (2006). An agenda for the second generation of qualitative studies. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 1, 68-77.

Ponterotto, J. G. (2005). Qualitative research in counseling psychology: A primer on research paradigms and philosophy of science. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 126-136.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.2.126>

Rabeyron, T., & Massicotte, C. (2020). Entropy, Free Energy, and Symbolization : Free Association at the Intersection of Psychoanalysis and Neuroscience. *Frontiers in Psychology*, 11, 366. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00366>

Radin, D. (2009). *Entangled Minds : Extrasensory Experiences in a Quantum Reality*. Simon and Schuster.

Roesler, C., & Reefschräger, G. I. (2022). Jungian psychotherapy, spirituality, and synchronicity: Theory, applications, and evidence base. *Psychotherapy*, 59(3), 339–350.
<https://doi.org/10.1037/pst0000402>

Rovelli, C. (2017). *L'ordre du temps*. Flammarion.

Roxburgh, E. C., Ridgway, S., & Roe, C. A. (2015). Exploring the meaning in meaningful coincidences: An interpretative phenomenological analysis of synchronicity in therapy. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 17(2), 144-161.
<https://doi.org/10.1080/13642537.2015.1027784>

Sentis, P. (2005). La notion de hasard : ses différentes définitions et leurs utilisations. *Laval théologique et philosophique*, 61(3), 463–96. <https://doi.org/10.7202/012575ar>

Smith, J. A., & Shinebourne, P. (2012). Interpretative phenomenological analysis. In H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf, & K. J. Sher (Eds.), *APA handbooks in psychology. APA handbook of research methods in psychology, Vol. 2. Research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological* (Vol. 2, pp. 73-82). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/13620-005>

Smith, J. A., & Osborn, M. (2003). Interpretative phenomenological analysis. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (pp. 51–80). Sage Publications, Inc.

Smith, J. A., & Osborn, M. (2015). Interpretative phenomenological analysis as a useful methodology for research on the lived experience of pain. *British Journal of Pain*, 9(1), 41–42. <https://doi.org/10.1177/2049463714541642>

Solms, M. (2019). The Hard Problem of Consciousness and the Free Energy Principle. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02714>

Solms, M. (2022). *The hidden spring : A journey to the source of consciousness*. Profile Books.

Solms, M. (2022). *The hidden spring: a journey to the source of consciousness*. Profile Books.

Solms, M., & Friston, K. (2018). How and why consciousness arises: Some considerations from physics and physiology. *Journal of Consciousness Studies*, 25(5-6), 202-38.

Tracy, S. J. (2010). Qualitative Quality: Eight “Big-Tent” Criteria for Excellent Qualitative Research. *Qualitative Inquiry*, 16(10), 837-851. <https://doi.org/10.1177/1077800410383121>

Vézina, J.-F. (2001). *Les hasards nécessaires : La synchronicité dans les rencontres qui nous transforment*. Éditions de l'Homme. <http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb38815723v>

Vézina, J.-F. (2012). *Danser avec le Chaos: Accueillez l'inattendu dans votre vie*. Éditions de l'Homme.

Vézina, J.-F. (2020). L'espace d'un instant : La synchronicité comme acte de création dans le temps. *Journal of Interdisciplinary Methodologies and Issues in Sciences*, Vol. 7-L'ère du Temps. <https://doi.org/10.18713/JIMIS-210120-7-12>