

Les Plans : personne ne se reconstruit à l'identique — suivi européen 2005-2025 sur la dérive de base, l'écart des instruments et la signature de ceux qui ne s'en remettent pas

Van Rompaey-Kaczmarek A.¹, Björnstad-Moreau L.², Sepúlveda-De Wit C.¹, Okonkwo-Lindqvist R.³, pour le consortium D.E.V.E.N.I.R.*

¹ Université de Rouen-Crépusculaire, Unité des Plans d'Avant

² Université de Limoges-Sahélienne, Observatoire de la Dérive Ordinaire

³ Université d'Avignon-Automnale, Bureau des Vingt Ans Plus Tard

* Dispositif Européen de Vérification des Écarts entre les Nouvelles Identités et les Relevés — dix pays, quatre bandes de naissance, un seul protocole. Le consortium précise que son acronyme a été trouvé avant son intitulé, ce qui est, selon lui, la procédure normale.

DOI : 10.9999/icf.2026.lesplans · icf.news/article-les-plans

Résumé

Tout le monde sait ce que veut dire « se reconstruire » — les recommandations sanitaires emploient le mot, les études sur l'échec entrepreneurial aussi, et chacun connaît quelqu'un qui s'y emploie. Mais reconstruire exige des plans, et c'est là que l'affaire se complique : Notre-Dame en avait, l'humain n'en a pas. En 2005, l'Institut a donc fabriqué les plans manquants. 11 200 Européens de dix pays — les Vingt, les Trente, les Quarante et les Cinquante de 2005 : dans cette étude, on est daté, jamais âgé — ont déposé leurs préférences personnelles (plat, couleur, musiques, livres, séries, style, destination), leur voix et leur démarche, filmées avec la technologie de l'époque, qui a largement suffi. Vingt ans plus tard, 7 168 ont été revus, les décès comptés, l'attrition traitée comme une donnée. Résultat premier, mesuré chez ceux à qui il n'est rien arrivé : la moitié des plans change sans aucun drame — 51 % de fidélité seulement. C'est la dérive de base, et elle interdit à jamais de confondre « changer » et « avoir souffert ». Chez les 2 912 participants ayant traversé un événement d'adversité coté au moins 6 sur une échelle en dix barreaux ancrés — l'Institut ne cote pas la douleur, il cote le dossier —, deux signatures se séparent. Les reconstruits dérivent plus que tout le monde (34 % de fidélité) : ils n'ont pas rebâti l'édifice, ils ont changé de plans, et leur nouvelle configuration est cohérente. Les 214 jamais-remis, eux, présentent la fidélité la plus haute de toute la cohorte : 72 % — plus stables que ceux à qui rien n'est arrivé. La reconstruction à l'identique existe ; c'est la signature de ceux qui ne s'en sortent pas. Pendant ce temps, les questionnaires de personnalité ne voient rien (stabilité de rang 0,52 contre 0,49, ns) : les participants répondent pareil et commandent autre chose. Le corps confirme — les codeurs en aveugle reconnaissent 96 % des jamais-remis sur leurs enregistrements d'il y a vingt ans, et seulement 79 % des reconstruits. Garde-fou causal publié comme un résultat : les plans de 2005 ne prédisent pas la survenue des événements (AUC 0,53, ns). Réplication demandée hors d'Europe, pari enregistré : aucune différence attendue.

MOTS-CLÉS : reconstruction · Soi · préférences · longitudinal · dérive de base · plans · adversité · voix · démarche

Encart à l'attention du lecteur pressé — l'étude en clair

On dit « se reconstruire » comme on dit reconstruire une cathédrale : retrouver l'édifice d'avant. Sauf qu'une cathédrale a des plans, et pas vous. L'Institut a donc relevé les plans de 11 200 Européens en 2005 — ce qu'ils aimaient manger, écouter, lire, porter, où ils partaient — puis est revenu vingt ans après. Chez ceux à qui il n'est rien arrivé, la moitié des plans avait changé : voilà ce que vaut l'édifice « stable » qu'on prétend restaurer. Ceux qui ont traversé le pire et s'en sont sortis ne sont pas revenus à leurs plans : ils en ont changé plus que tout le monde, et de façon cohérente — autre menu, autre voix, autre pas. Les seuls qui ont vraiment reconstruit à l'identique, mêmes chansons, même plat, même débit de parole qu'en 2005, sont ceux qui ne s'en sont jamais remis. Ils entretiennent les plans d'un bâtiment qui n'existe plus. Si vous cherchez à redevenir qui vous étiez, cette étude a une mauvaise nouvelle et une bonne : vous n'y arriverez pas, et c'est le signe que ça va.

1. Ce que la littérature établit, et le mot qu'elle emploie sans le définir

1.1 Un mot officiel

« Se reconstruire » n'est pas une image de magazine. La Haute Autorité de Santé décrit la sortie du burnout comme un cheminement long et continu et parle de reconstruction dans ses recommandations ; l'assurance maladie belge mesure quatorze mois et demi d'incapacité moyenne pour les cas diagnostiqués, avec une rechute sur quatre après la reprise, et les délais de trois à cinq ans circulent pour les formes graves prises tard — l'intuition clinique de deux à trois ans n'a rien d'excessif. L'échec entrepreneurial a désormais son étude de référence : huit cent quatre-vingt-un dirigeants, le deuil de l'entreprise nommé comme tel, des séquelles psychologiques et financières documentées, et deux tiers des intéressés qui envisagent déjà l'après pendant la

procédure. Le deuil, la rupture, le licenciement complètent la liste des contextes où le mot revient. Il revient partout. Personne, nulle part, ne dit ce qu'on reconstruit.

1.2 Le problème des plans

Reconstruire un édifice suppose trois choses : des plans, des matériaux, et l'accord sur ce qui doit être rebâti. Notre-Dame remplissait les trois conditions — relevés, chênes, consensus — et a rouvert à l'identique. L'humain n'en remplit aucune. Les plans du Soi n'existent pas ; quand on les demande, on obtient des réponses grandioses et invérifiables — le projet que l'Univers aurait pour chacun, par exemple, hypothèse séduisante que l'Institut a renoncé à opérationnaliser, le Grand Architecte n'ayant laissé ni adresse de correspondance ni moyen de le joindre pour confirmation. La psychanalyse propose le Soi, concept auquel l'Institut reconnaît tout, sauf une unité de mesure. Et la donnée la plus gênante est établie de longue date : le Soi bouge même sans sinistre. La présente étude a donc pris le parti le plus plat possible — réduire le Soi à ce qui, de lui, se commande, s'écoute, se porte et se réserve en ligne. Non parce que c'est tout le Soi. Parce que c'est la partie qui laisse des traces.

1.3 Ce que disent les traits : presque rien, et c'est un résultat

La psychologie de la personnalité a mesuré la stabilité sous toutes les coutures, et ses conclusions encadrent sévèrement le sens commun. La stabilité de rang des grands traits plafonne entre 0,40 et 0,60 — jamais parfaite, à aucun âge, sans gain de stabilité après vingt-cinq ans. Et les événements de vie, qui devraient tout bouleverser, déplacent les traits d'une poussière : la méta-analyse de référence, quarante-quatre études longitudinales, trouve un divorce qui augmente la conscience de $d = 0,10$ et un mariage qui rabote l'ouverture de $d = 0,18$, avec des études qui se contredisent sur le veuvage même. Autrement dit : si la reconstruction existe, les questionnaires de traits ne sont pas l'instrument qui la verra. Le sens commun jure que l'épreuve transforme ; l'instrument officiel répond que non. L'un des deux se trompe d'endroit où regarder — et l'hypothèse de l'étude est que c'est l'instrument.

1.4 Devenir qui l'on est : deux Européens s'en sont mêlés

La question a une histoire philosophique, et l'Institut la convoque avec la rigueur qu'on lui connaît.

Encart — Nietzsche : « Deviens qui tu es »

La formule vient de loin : Pindare l'adresse à Hiéron de Syracuse — deviens qui tu es, l'ayant appris. Nietzsche la reprend et en fait le sous-titre de son autobiographie : *Comment on devient ce que l'on est* (1888). Il ne dit pas « redeviens qui tu étais » — la nuance est tout l'objet de la présente étude. Il ne dit pas non plus « reste qui tu es », ce qui, on le verra en 3.3, aurait été un très mauvais conseil. Il postule que la vie façonne l'individu à travers ce qui lui arrive, y compris le pire, vers quelque chose qui n'existait pas encore et qui était pourtant le sien. L'Institut note que Nietzsche était jungien sans le savoir, avec quelques décennies d'avance sur Jung¹.

¹ Le correspondant de l'Institut fait observer que l'ordre chronologique est exactement inverse : c'est Jung qui fut nietzschéen, en toute connaissance de cause — il consacra neuf années de séminaires au *Zarathoustra*, de 1934 à 1939. L'Institut le remercie de cette précision et maintient sa formulation, au motif que l'antériorité est une convention d'archiviste et que les idées, elles, n'ont pas de sens de circulation. Le correspondant a demandé que son désaccord figure au dossier. Il y figure.

Encart — Jung : la Totalité et le mandala

Chez Jung, le Soi n'est pas ce qu'on est mais ce vers quoi le processus d'individuation travaille : la Totalité — l'intégration progressive de ce que la vie ajoute, y compris ce qu'elle ajoute de force. Son symbole récurrent est le mandala, cette figure centrée que Jung voyait resurgir spontanément dans les dessins de ses patients aux moments de réorganisation intérieure (1950). Deux propriétés du mandala intéressent directement la présente étude. La première : un mandala a un centre, pas un original — on n'en restaure pas un, on en trace un autre autour du même centre. La seconde est rituelle, et Mme Beaumont-Schiavetti l'a versée au dossier : les mandalas de sable tibétains sont détruits sitôt achevés, par les mêmes moines qui ont passé des semaines à les faire. La Totalité n'est pas une conservation. C'est, au sens strict, le contraire d'un plan qu'on garde.

La figure ci-dessous en donne la version la plus exigeante : le labyrinthe d'église — un mandala qu'on ne contemple pas, qu'on parcourt. Il n'offre ni choix ni impasse : un seul chemin, qui traverse la totalité des couloirs avant d'atteindre le centre. On ne peut pas s'y perdre ; on peut seulement s'y arrêter. Jung disait la même chose sans pierre ni gravure : il n'y a pas d'évolution linéaire, il n'y a qu'une circumambulation du soi — on n'atteint pas le centre en ligne droite, on tourne autour de lui en s'en approchant, et le détour n'est pas le prix du chemin, il est le chemin. Reste la question que la figure pose à qui la regarde jusqu'au bout : et une fois le centre atteint ? Jung ne l'a pas esquivée — dès 1934, dans *L'âme et la mort*, il fait de la mort le but de la seconde moitié de l'existence : n'est vitalement vivant que celui qui est prêt à mourir avec la vie. L'Institut, qui a compté six cent quarante et une fins dans sa cohorte sans en raconter aucune, dépose la citation et n'ajoute rien.

FATA · VIAM · INVENIENT Figure — labyrinthe de l'Institut, redessiné d'après un emblème ancien : *fata viam invenient*, les destins trouveront le chemin (Virgile). Un seul chemin, aucune impasse. On ne peut pas s'y perdre — seulement s'y arrêter.

1.5 La question, et le falsificateur

D'où la question, posée en 2005 et scellée depuis : quand quelqu'un « se reconstruit », que devient le rapport entre ce qu'il était — dûment relevé — et ce qu'il est ? Et l'hypothèse à risque : si se remettre consiste à changer de plans plutôt qu'à les restaurer, alors la fidélité aux plans d'avant doit être *minimale* chez ceux qui s'en sortent et *maximale* chez ceux qui ne s'en remettent pas.

Le falsificateur, déposé avant la seconde vague et testé en premier : si les jamais-remis présentent une fidélité inférieure ou égale à celle des reconstruits — s'ils dérivent autant ou davantage —, l'hypothèse des plans s'effondre, et l'étude paraîtra sous le titre « L'Inventaire », consacrée au simple relevé d'une dérive sans structure.

Encart — Sur le mot « falsificateur »

Ce mot revient souvent dans le corpus, et il vaut la peine de dire une fois pour toutes ce qu'il fait. Avant de recueillir la moindre donnée, l'Institut écrit noir sur blanc ce qui, s'il apparaît, prouverait que son hypothèse est fausse. Puis il va chercher, exprès. Ce n'est pas une précaution polie : c'est la seule différence entre une étude et une intuition qu'on a habillée de chiffres après coup. Une hypothèse qu'on ne peut pas perdre n'est pas une hypothèse, c'est une conviction. Le falsificateur est le pari qu'on prend contre soi-même avant de savoir qui va gagner.

2. Méthode

2.1 Une cohorte datée, jamais âgée

11 200 personnes recrutées en 2005 dans dix pays — Belgique, France, Pays-Bas, Danemark, Allemagne, Espagne, Italie, Portugal, Suisse, Royaume-Uni — en quatre bandes de naissance de 2 800 : **les Vingt de 2005, les Trente de 2005, les Quarante de 2005, les Cinquante de 2005**. C'est leur seul nom dans tout le protocole. L'Institut a décidé dès l'origine qu'on y serait daté, jamais âgé : personne, dans cette étude, n'a soixante-sept ou soixante-treize ans — on y est une Cinquante de 2005, ce qui est un titre, pas une tranche. La décision a été prise pour des raisons de méthode, la comparabilité longitudinale exigeant qu'on suive des entrées, pas des états ; qu'elle épargne accessoirement à quiconque de lire son propre âge dans un tableau est un bénéfice que l'Institut assume sans le revendiquer.

2.2 Les plans : l'échelle des préférences

Chaque participant a déposé en 2005 ses préférences personnelles, par écrit, à la main : le plat, la couleur, les chanteurs ou groupes (cinq au plus), les livres (cinq), les programmes ou séries (cinq), le style vestimentaire, la marque de voiture préférée, la destination de vacances, et une dizaine d'items complémentaires du même métal — le tout consigné en annexe A. Le choix de l'instrument mérite sa phrase de justification : les questionnaires de personnalité demandent ce qu'on pense être ; les préférences demandent ce qu'on choisit. Le plat préféré ne se déclare pas, il se mange — et il se commande devant témoins, ce qui en fait, de

toutes les mesures du Soi, l'une des rares à laisser des traces. En 2025, les mêmes items ont été re-remplis, puis codés en double lecture par des juges ignorant tout du répondant ($\kappa = 0,81$). La mesure centrale : **l'Indice de Fidélité aux Plans** — le pourcentage des préférences de 2005 encore citées en 2025.

2.3 Le corps, relevé avec la technologie de 2005 — qui a suffi

Chaque participant a été enregistré (deux minutes de parole libre) et filmé (vingt mètres de marche, aller-retour, puis station debout). Les caméras de 2005 n'étaient pas ce qu'elles sont ; elles ont capté ce qu'il fallait : le débit, le rythme, les pauses, la hauteur moyenne de la voix, la vitesse de marche, l'amplitude du balancier, la posture. La littérature clinique a documenté depuis longtemps ce que la voix et la démarche disent des états qui durent ; l'Institut n'a rien inventé, il a seulement archivé — et attendu.

2.4 Vingt ans plus tard : le seul aveugle honnête

La seconde vague (2024-2025) : entretien semi-dirigé — « qu'êtes-vous devenu ? », posée en ces termes et pas d'autres —, re-passation intégrale de l'échelle, nouveaux enregistrements. Une précision de méthode, parce que le dossier de conception parlait de double aveugle et que l'Institut tient à corriger sa propre commande : il n'existe pas de double aveugle dans une vie — personne n'est aveugle à son propre divorce. Ce qui peut l'être, et l'a été rigoureusement, c'est le codage : tous les juges de 2025 — préférences, voix, démarche — ont travaillé sans connaître le groupe, la sévérité, ni même l'existence d'une hypothèse sur l'adversité. L'aveugle n'est pas dans la vie des gens. Il est dans l'œil de ceux qui la mesurent, et c'est le seul endroit où il vaille quelque chose.

2.5 L'échelle de sévérité : l'Institut cote le dossier, pas la douleur

Chaque événement d'adversité rapporté — rupture ou divorce, deuil, faillite, burnout, licenciement, autres — a été coté de 1 à 10 sur une échelle à barreaux ancrés, reproduite en annexe A : 1-2, contrariété sans trace ; 3-4, réorganisation privée, l'entourage a dû s'adapter ; 5, première trace extérieure — arrêt court, conseil juridique, découvert ; 6-7, trace institutionnelle simple — procédure, arrêt de plus d'un mois, accompagnement ponctuel ; 8-9, traces multiples et durables — suivi installé, procédure collective, incapacité longue ; 10, suivi psychiatrique, psychologique, médical et aides sociales simultanés. L'Institut assume le parti pris en une phrase : cette échelle ne mesure pas la douleur, elle mesure la trace que la douleur a laissée dans les dossiers — parce que la douleur ne se compare pas d'une personne à l'autre, et que les dossiers, si. Le seuil d'inclusion dans le groupe exposé : 6.

2.6 Ce que l'Institut n'a pas fait

Il n'a jamais employé, dans aucune passation, l'expression « tourner la page » — bannie du protocole par écrit dès 2005, au motif qu'elle contient toute l'hypothèse qu'on prétend tester. Le terme « jamais-remis » est un terme d'analyse : aucun participant ne l'a entendu, aucun ne s'est vu classé devant soi. Il n'a pas demandé aux gens s'ils étaient « redevenus eux-mêmes », la question étant précisément ce que l'étude interroge. Il n'a rien conseillé à personne. Et les 641 décès survenus dans la cohorte ont été comptés, vérifiés, et laissés en paix : l'étude les mentionne une fois, ici, et ne leur fait rien dire.

2.7 Analyses

Comparaison des trois groupes — épargnés, exposés remis, jamais-remis (ces derniers définis par convergence de trois critères : auto-description en entretien, absence de reprise des domaines de vie touchés, et sévérité maintenue à la re-cotation) — sur l'IFP, les traits, la voix et la démarche ; dose-réponse par barreau de sévérité ; tâche d'identification en aveugle sur paires d'enregistrements 2005/2025 ; et le falsificateur testé avant tout le reste, comme d'habitude — un falsificateur testé en dernier n'étant plus un test, c'est un épilogue.

3. Résultats

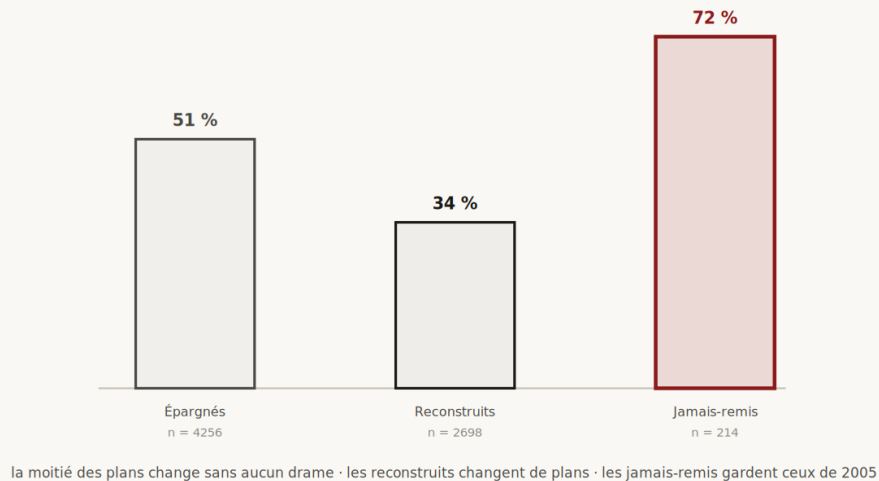
3.1 La dérive de base : la moitié des plans, sans aucun drame

Chez les 4 256 épargnés — aucun événement coté 6 ou plus en vingt ans —, l'Indice de Fidélité aux Plans est de 51 %. La moitié. La moitié des plats, des chansons, des livres, des styles et des destinations de 2005 ont quitté les réponses de 2025 sans qu'aucun sinistre ne l'explique. C'est le résultat qui conditionne tous les autres, et l'Institut demande qu'on le lise avant de s'émouvoir de quoi que ce soit : **changer n'est pas une preuve d'avoir souffert — c'est le régime de croisière du Soi**. Au débriefing, plusieurs épargnés ont d'ailleurs refusé de croire à leurs propres réponses de 2005 ; l'Institut a dû produire les originaux manuscrits ; trois participants ont alors accusé l'Institut d'avoir imité leur écriture ; les graphologues consultés ont confirmé l'écriture ; les participants ont maintenu. L'Institut verse l'épisode au dossier sans commentaire, sinon celui-ci : la première réaction d'un Soi devant ses plans d'avant est de nier les avoir dessinés.

PLANCHE 72 — LES TROIS SIGNATURES

Indice de Fidélité aux Plans : % des préférences de 2005 encore citées en 2025 · N = 7168

le falsificateur (« si les jamais-remis dérivent autant que les reconstruits ») a été testé en premier — il n'a pas touché



La reconstruction à l'identique existe. C'est la signature de ceux qui ne s'en remettent pas.

Planche 72 — La reconstruction à l'identique existe. C'est la signature de ceux qui ne s'en remettent pas.

3.2 Les trois signatures : le falsificateur n'a pas touché

Les 2 698 exposés remis affichent un IFP de 34 % — dix-sept points sous la dérive de base. Ceux qui ont traversé le pire et s'en sont sortis ne sont pas revenus vers leurs plans : ils s'en sont éloignés plus que tout le monde. Et leurs nouvelles réponses ne sont pas un éparpillement — les juges les décrivent comme des configurations : les nouveaux choix vont ensemble, autre registre musical mais un registre, autre table mais une table. Ils n'ont pas rebâti l'édifice. Ils ont changé de plans. Les 214 jamais-remis, eux, affichent 72 % — la fidélité la plus haute de toute la cohorte, au-dessus des épargnés eux-mêmes. Mêmes cinq chansons, même plat, mêmes réponses, à vingt ans de distance, chez des personnes dont la vie, entre-temps, a été dévastée. Le falsificateur, testé en premier, n'a pas touché : la dérive n'est pas uniforme, elle a une structure, et la structure est exactement inversée par rapport au sens commun. **Ce ne sont pas ceux qui s'en sortent qui restent eux-mêmes. Ce sont ceux qui restent eux-mêmes qui ne s'en sortent pas.** La dose-réponse confirme chez les remis : 38 % de fidélité en sévérité 6-7, 29 % en 8-10 — plus le coup fut dur, plus les plans ont changé, chez ceux qui s'en remettent.

3.3 L'écart des instruments : les traits ne voient rien

Pendant que les préférences enregistraient tout cela, les questionnaires de personnalité de la cohorte — l'IPE-40, passé aux deux vagues — n'ont rien vu : stabilité de rang de 0,52 chez les épargnés, 0,49 chez les exposés, écart non significatif, effets des événements de l'ordre du $d = 0,10$ de la littérature. L'Institut souligne qu'il tient cette absence pour une réplique réussie, pas pour un embarras : les méta-analyses trouvent des poussières, l'IPE-40 trouve des poussières — l'instrument officiel fonctionne exactement comme prévu, c'est-à-dire qu'il ne voit pas l'endroit où ça se passe. Les participants répondent pareil aux questionnaires, et commandent autre chose au restaurant. La personnalité tient dans les traits ; elle change dans le menu.

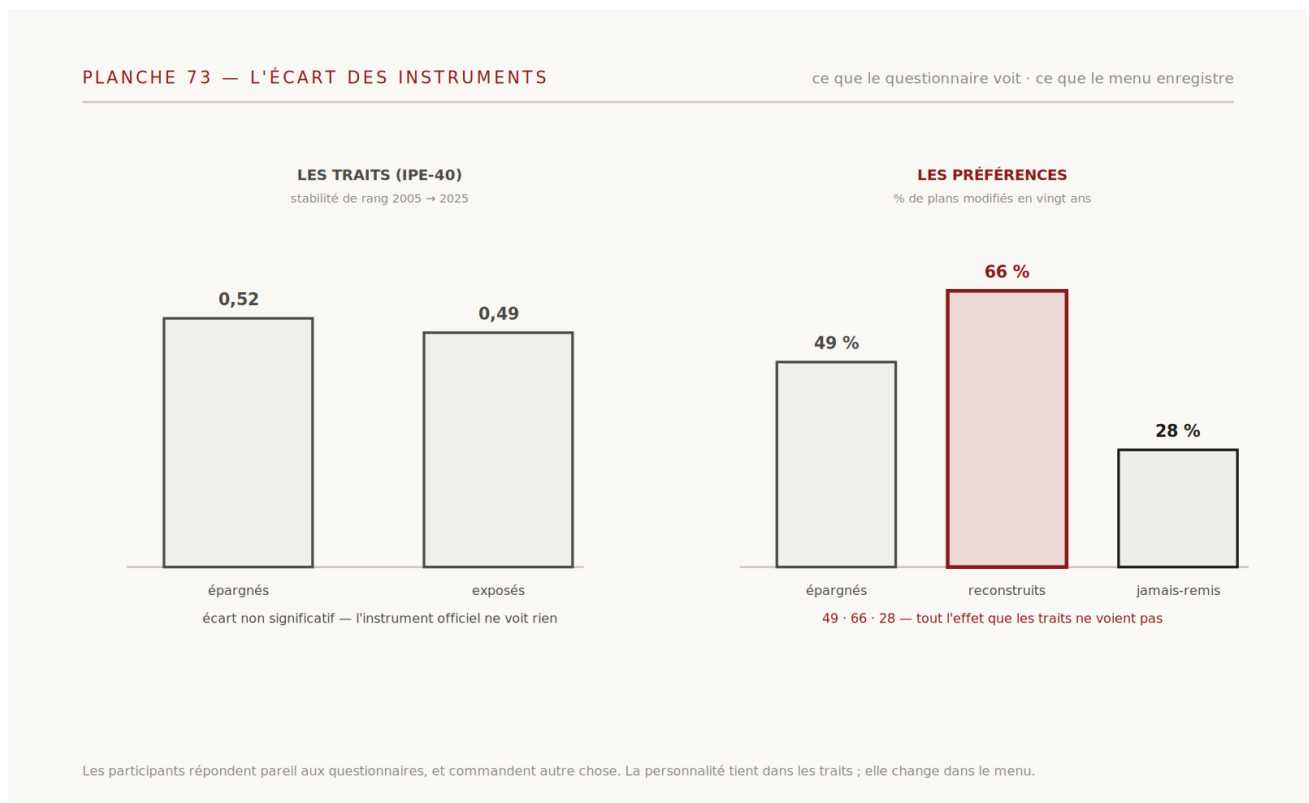
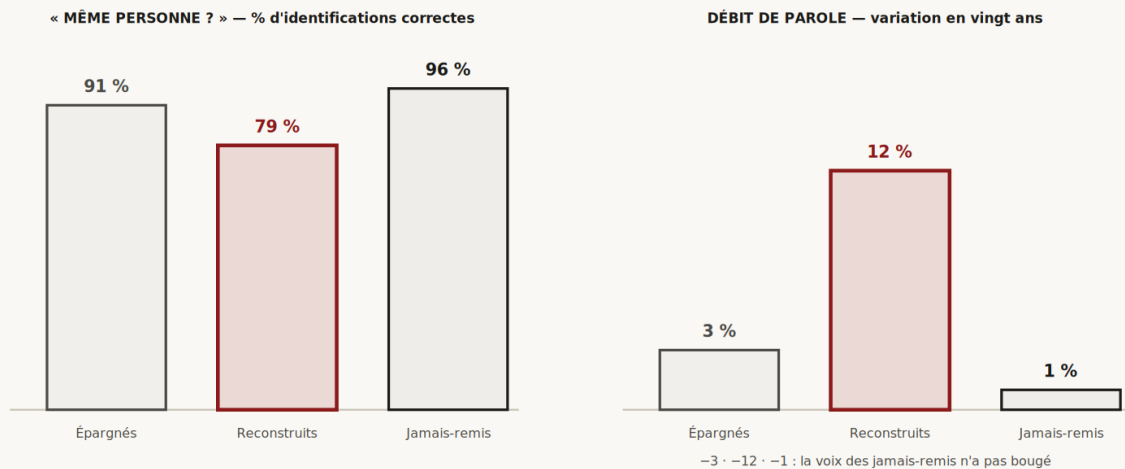


Planche 73 — Les participants répondent pareil aux questionnaires, et commandent autre chose.

3.4 Le corps se souvient autrement

Les paires d'enregistrements 2005/2025 — deux minutes de voix, vingt mètres de marche — ont été soumises à des codeurs en aveugle avec une seule question : même personne ? Résultat : 91 % d'identifications correctes chez les épargnés, 96 % chez les jamais-remis — et 79 % chez les reconstruits. **On reconnaît le mieux ceux qui ne s'en sont pas remis.** Leur débit de parole n'a pas bougé en vingt ans (−1 %, contre −3 % de vieillissement ordinaire chez les épargnés) ; leur démarche non plus. Les reconstruits, à l'inverse, sont les seuls que leurs propres archives peinent à identifier : débit ralenti de 12 %, voix posée ailleurs, balancier modifié — un codeur a écrit en marge, à propos d'une paire correctement appariée : « même personne, mais on dirait qu'elle a déménagé de l'intérieur ». L'Institut a conservé la marge.

PLANCHE 74 — LE CORPS SE SOUVIENT AUTREMENT



GARDE-FOU CAUSAL (pré-enregistré)

les préférences de 2005 ne prédisent pas la survenue des événements : AUC 0,53, ΔR^2 0,004, ns.
Ce n'est pas la personnalité qui s'expose à l'adversité ; c'est l'adversité qui redessine — et ce rien est publié comme un résultat.

On reconnaît le mieux ceux qui ne s'en sont pas remis : 96 %. Les reconstruits sont les seuls que leurs propres enregistrements peinent à identifier.

Planche 74 — Les reconstruits sont les seuls que leurs propres enregistrements peinent à identifier.

3.5 Le garde-fou causal : votre plat ne sait pas ce qui vous attend

Restait la question qui pouvait tout renverser : et si les plans prédisaient les événements ? Si certains profils de préférences s'exposaient davantage au divorce, à la faillite, au burnout, alors ce ne serait pas l'adversité qui redessine les plans — ce seraient les plans qui choisissent l'adversité. Testé : les préférences de 2005 ne prédisent pas la survenue des événements des vingt années suivantes — AUC 0,53, apport au modèle de 0,004, non significatif. Votre plat préféré ne sait pas ce qui vous attend. L'Institut encadre ce rien et l'accroche au mur : la flèche va de l'événement vers les plans, pas l'inverse — pour ce que ces données peuvent en dire, et elles le disent depuis vingt ans.

4. Discussion

4.1 Changer de plans

Les cinq résultats tiennent ensemble en une phrase : personne ne se reconstruit à l'identique — ni les épargnés, qui dérivent de moitié sans drame, ni les remis, qui dérivent plus que tout le monde et autrement ; les seuls fidèles aux plans sont ceux qui ne s'en remettent pas. Il faut alors dire ce que « se reconstruire » désigne, puisque le mot survivra à l'étude : non pas restaurer l'édifice — cela, observationnellement, c'est la panne —, mais rebâtir autour du même centre avec d'autres plans. Le mandala plutôt que la cathédrale. Et il faut le dire aussi crûment que les données l'autorisent :

« Notre-Dame a été reconstruite à l'identique. C'est exactement ce que les vivants ne peuvent pas se permettre. » Dossier de l'étude, note de synthèse du consortium

Nietzsche, relu à la lumière de l'IFP, gagne en précision ce qu'il perd en lyrisme : « deviens qui tu es » n'a jamais voulu dire « redeviens qui tu étais ». Les données distinguent désormais les deux à dix-sept points d'écart. Devenir qui l'on est, dans cette cohorte, ressemble à ceci : changer de menu, changer de voix, changer de pas — et que l'ensemble tienne.

4.2 Ce que le résultat ne dit pas

Il ne fait pas de la dérive une vertu ni de la fidélité une faute. Les jamais-remis ne sont pas un groupe d'échec : ce sont les conservateurs d'un plan — et la conservation a ses raisons, que l'étude mesure sans les juger ; la littérature du deuil rappelle d'ailleurs que la résilience est la trajectoire la plus fréquente et que le chagrin durable n'est pas une pathologie mais une minorité

qui mérite mieux que des injonctions. Il ne dit pas non plus que changer guérit : la flèche établie va de l'état vers les plans, pas du menu vers le salut — changer de plat ne sauvera personne, et l'Institut refuse d'avance toute lecture qui transformerait ce résultat en programme de développement personnel. Enfin, il ne mesure pas la valeur des vies : il mesure la distance entre deux relevés. Ce qui s'est passé entre les deux appartient aux intéressés.

4.3 L'encart du Conseiller Clinique

Le Conseiller Clinique de l'Institut a demandé que sa contribution porte sur le substrat, et qu'on lui pardonne d'avance le mot « striatum » dans une revue grand format :

Encart — Le Conseiller Clinique : le Soi strié

« Quand on me demande où loge la partie prévisible d'une personne — ce qu'elle fait sans y penser, ce qu'elle commande sans lire la carte —, je ne réponds pas le cortex. Je réponds le striatum. C'est la structure qui automatise : ce qu'on a répété assez longtemps y descend, et cesse de coûter. Les neurosciences des habitudes l'ont établi proprement — les routines s'y gravent par blocs, et la dopamine y joue le rôle du professeur : elle ne signale pas le plaisir, elle signale l'écart entre ce qui était prévu et ce qui arrive. Tant que la vie livre ce qui était prévu, rien ne bouge, et c'est très bien ainsi : un Soi, au quotidien, c'est un striatum bien entraîné plus un cortex qui raconte. Puis survient l'événement qui ne rentre pas — et l'écart de prédiction devient énorme, durable, impossible à résorber par ajustement. Alors l'apprentissage rouvre : l'hippocampe encode du neuf, les boucles striatales se recomposent, lentement, au rythme des répétitions nouvelles — d'autres trajets, d'autres tables, d'autres gestes. C'est long, parce que le striatum n'apprend que par la répétition, et c'est exactement pourquoi les cliniciens comptent en années là où l'entourage compte en mois. Ce que cette étude appelle changer de plans, je le formulerais ainsi : le Soi prévisible s'est ré-entraîné sur une autre vie. Et devenir quelqu'un d'autre ou devenir qui l'on est, c'est, au niveau qui m'occupe, la même opération — vue une fois de l'extérieur, une fois du dedans. »

4.4 La réplication demandée, et le pari

L'étude est européenne par ses relevés, pas par son objet. Le consortium a déposé une demande formelle de réplication auprès d'équipes d'autres continents, avec un pari enregistré avant les premières réponses : aucune différence attendue. Les préférences changeront de contenu — d'autres plats, d'autres musiques — mais la structure devrait tenir partout : une dérive de base, des remis qui changent de plans, des jamais-remis qui les gardent. Si le pari est perdu, l'Institut publiera la perte ; s'il est gagné, il se retiendra de conclure que Jung et Nietzsche avaient raison d'être européens, la Totalité n'ayant, à sa connaissance, pas de passeport.

5. Limites

Elles sont réelles et l'Institut les énumère sans les hiérarchiser. Les préférences portent une part de cohorte et d'époque : on ne cite pas en 2025 les séries de 2005 pour des raisons qui n'ont rien de personnel, et le codage a neutralisé ce qu'il pouvait — l'extinction d'un objet n'est pas comptée comme infidélité — sans pouvoir tout neutraliser. Les jamais-remis sont 214 : le groupe qui porte le résultat principal est le plus petit, et l'Institut s'interdit d'en tirer des sous-analyses qu'il ne pourrait pas défendre. Qui répond encore après vingt ans n'est pas qui l'on veut : l'attrition écrème, et peut-être écrème-t-elle précisément les fidélités les plus douloureuses — le 72 % serait alors un plancher, ce que l'Institut écrit sans s'en réjouir. L'échelle de sévérité cote la trace institutionnelle, pas la douleur, et rate donc les douleurs sans dossier — c'est le prix, assumé, de la comparabilité. La distinction entre effet de l'événement et effet de l'âge reste partiellement ouverte malgré les bandes datées. Enfin, le falsificateur de la prochaine étude du domaine est déposé : la cohérence des nouvelles configurations chez les remis — l'affirmation qu'ils ont changé de plans et non perdu les leurs — doit se vérifier sur des données de choix réels, indépendantes de toute déclaration ; si les nouvelles préférences des remis s'avèrent aussi éparses que des tirages au sort, la « configuration » s'effondre, et l'étude suivante paraîtra sous le titre « Le Chantier ».

Déclarations

Approbation éthique. Le protocole de 2005 et son avenant de 2024 ont été approuvés au titre de l'article 7, avec quatre exigences du Comité : que l'expression « tourner la page » soit bannie de toutes les passations, par écrit, ce qui a été fait vingt ans avant que quiconque songe à l'employer ; que le terme « jamais-remis » ne soit jamais prononcé devant un participant ; que les décès soient comptés et non racontés ; et qu'aucun retour individuel ne compare personne à ses plans de 2005 sans demande expresse — quarante et une demandes expresses ont été reçues, quarante et une ont été honorées, et l'Institut note que trente-neuf des demandeurs étaient des épargnés, ce qui l'a modérément surpris. La Pr Bonnefoy-Tissot a assisté à la séance de l'avenant, a lu la section 2.6, et a déclaré que bannir une expression vingt ans à l'avance était « la seule forme de prophétie qu'un comité

d'éthique puisse endosser » ; sa présence est consignée.

Consentement. Les 11 200 participants de 2005 ont consenti à « une étude européenne sur les goûts et les habitudes », formulation exacte et volontairement plate. Les 7 168 de 2025 ont re-consenti, informés cette fois de l'objet complet. Au débriefing, la question la plus fréquente n'a pas été « qu'avez-vous trouvé ? » mais « qu'est-ce que j'avais répondu ? » — l'Institut y voit la confirmation discrète de son résultat principal.

Contributions. A. Van Rompaey-Kaczmarek a conçu l'échelle des plans en 2005 et attendu vingt ans, ce que la section Contributions n'a pas l'habitude de devoir mentionner. L. Björnstad-Moreau a dirigé l'Observatoire de la Dérive Ordinaire et tient la dérive de base pour le vrai résultat de l'étude, position minoritaire au consortium et défendue à chaque réunion. C. Sepúlveda-De Wit a conduit les analyses de voix et de démarche et conservé la marge du codeur citée en 3.4. R. Okonkwo-Lindqvist a coordonné la seconde vague dans les dix pays et refuse de dire lequel a été le plus difficile, ce que chacun des neuf autres prend pour soi. Le Dr K. Osei-Mensah a conduit les modèles, recompté deux fois le 72 % des jamais-remis en cherchant l'artefact, trouvé deux fois le même chiffre, et consigné au dossier que « la stabilité, au moins, est stable » — remarque versée au registre des choses qui l'inquiètent modérément. Mme É. Beaumont-Schiavetti a versé la note sur les mandalas de sable tibétains, détruits sitôt achevés par ceux-là mêmes qui les ont faits, « seule tradition à avoir compris l'étude avant elle ». Le correspondant de l'Institut a exigé que le falsificateur soit testé avant tout autre calcul, ce qui a été fait, et obtenu que son désaccord chronologique sur Nietzsche et Jung figure en note — il y figure. Le Conseiller Clinique a fourni l'encart de 4.3 et la remarque sur le plat qui se commande devant témoins. Le Pr D. Parmentier a lu le titre, demandé si « Les Plans » était bien au pluriel, et, sur confirmation, autorisé l'impression.

Conflits d'intérêts. Les quatre auteurs déclarent que leurs propres préférences ont changé pendant les vingt années de l'étude, dans des proportions qu'ils refusent de communiquer et que l'un d'eux qualifie de « conformes à la littérature ». Le consortium D.E.V.E.N.I.R. déclare que son acronyme a précédé son intitulé et ne voit pas où est le problème.

Disponibilité des données. Les IFP agrégés, la grille de sévérité et l'échelle des plans sont disponibles sur demande motivée. Les enregistrements de voix et de démarche ne quittent pas l'Institut. Les originaux manuscrits de 2005 sont conservés, l'expérience ayant démontré qu'on en a besoin.

Références

- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience. *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Bpifrance Le Lab (2025). *Rebondir : les dirigeants face à l'échec entrepreneurial*. Enquête auprès de 881 dirigeants.
- Bühler, J. L., Orth, U., Bleidorn, W., et coll. (2024). Life events and personality change: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Personality*, 38(3), 544-568.
- Graybiel, A. M. (2008). Habits, rituals, and the evaluative brain. *Annual Review of Neuroscience*, 31, 359-387.
- Haute Autorité de Santé (2025). *Repérage et prise en charge du syndrome d'épuisement professionnel*. Recommandations actualisées.
- Institut du Constat Fondamental (2026). La Déclaration. *Annales du Statut Relationnel*, 1(1). Étude n°71 du corpus.
- Jung, C. G. (1934). Seele und Tod [L'âme et la mort]. *Europäische Revue*, 10, 229-238.
- Jung, C. G. (1950). Concerning mandala symbolism. Dans *The Archetypes and the Collective Unconscious*, CW 9i.
- Jung, C. G. (1988). *Nietzsche's Zarathustra: Notes of the Seminar Given in 1934-1939* (J. L. Jarrett, éd.). Princeton University Press.
- Mesters, P., Massart, A.-C. et Bugli, C. (2023). Étude pilote sur les trajectoires professionnelles après incapacité de longue durée pour burnout. Avec le soutien de l'INAMI.
- Michalak, J., et coll. (2009). Embodiment of sadness and depression—gait patterns associated with dysphoric mood. *Psychosomatic Medicine*, 71(5), 580-587.
- Nietzsche, F. (1888/1908). *Ecce Homo : comment on devient ce que l'on est*.
- Schultz, W., Dayan, P. et Montague, P. R. (1997). A neural substrate of prediction and reward. *Science*, 275, 1593-1599.
- Specht, J., Egloff, B. et Schmukle, S. C. (2011). Stability and change of personality across the life course. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(4), 862-882.
- Tedeschi, R. G. et Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-471.
- Virgile. *Énéide*, X, 113 : *fata viam invenient*.

Annexe A — L'échelle des plans et la grille de sévérité

L'échelle des plans, version 2005, items principaux : le plat que vous préférez ; votre couleur ; vos chanteurs ou groupes (cinq au plus, l'ordre compte) ; vos livres (cinq) ; vos programmes ou séries (cinq) ; votre style vestimentaire, décrit librement ; votre marque de voiture préférée, que vous en ayez une ou non — la vie étant aussi faite d'aspirations et de moyens, surtout quand on a vingt ans ; votre destination de vacances ; votre boisson chaude ; votre saison ; votre pièce préférée de votre logement ; le trajet que vous faites pour le plaisir. Consigne de cotation 2025 : une préférence de 2005 est fidèle si elle est re-citée spontanément, quel que soit son rang ; l'extinction d'un objet (série arrêtée, marque disparue) est neutralisée et l'item retiré du dénominateur ; en cas de doute, l'item va au gris, et le gris est une donnée. **Interdit aux juges** : inférer une préférence « évidente » — on code ce qui est écrit, pas ce que la personne aurait sûrement dit. La grille de sévérité, reproduite ici en clair :

Barreaux	Ancrage — ce qui doit être constaté, pas ressenti
1 – 2	Contrariété sans trace : rien, dans la vie matérielle ou relationnelle, n'a dû changer.
3 – 4	Réorganisation privée : l'entourage a dû s'adapter — horaires, rôles, silences.
5	Première trace extérieure : arrêt court, conseil juridique, découvert bancaire.
6 – 7	Trace institutionnelle simple : procédure engagée, arrêt de plus d'un mois, accompagnement ponctuel. <i>Seuil d'inclusion dans le groupe exposé.</i>
8 – 9	Traces multiples et durables : suivi installé, procédure collective, incapacité longue.
10	Suivi psychiatrique, psychologique, médical et aides sociales — simultanés.

Les juges de sévérité n'ont vu que les faits datés, jamais les récits.

Annexe B — Trois entretiens

Trois voix, une par signature. Détails modifiés, séquences conservées.

Q. Femme, une Trente de 2005 (faillite, sévérité 9, reconstruite). On vous demande souvent si vous avez retrouvé vos marques ?

« Tout le temps. Les gens tiennent beaucoup à ce que je retrouve mes marques. Ma sœur m'a offert le parfum que je portais avant, pour m'aider — c'est gentil, je l'ai donné. Je n'ai pas retrouvé mes marques. J'ai changé de marques. Ce n'est pas une formule : je mange autre chose, j'écoute autre chose, je ne pars plus au même endroit, et je vous jure que ce n'est pas un programme, je n'ai rien décidé. C'est venu avec le reste. [question du clinicien : le reste ?] Refaire les comptes. Refaire les trajets. Refaire les phrases qu'on dit quand on rencontre quelqu'un. Au bout d'un moment, vous avez tout refait une fois, et rien n'est revenu pareil. Les gens appellent ça se retrouver. Je n'ai retrouvé personne. J'ai fait connaissance. »

Q. Homme, un Cinquante de 2005 (deuil, sévérité 10). Vos réponses de 2025 sont identiques à celles de 2005, à l'unité près. Vous le saviez ?

« Oui. Enfin — je ne savais pas que ça se verrait, mais je le savais. Le plat, c'est elle qui le cuisinait. Les chansons, on les écoutait ensemble, je peux vous dire dans quel ordre. La destination, on y allait tous les étés, j'y vais encore, même semaine, même étage. [silence] Vous allez me demander pourquoi. [question du clinicien : je ne vais rien demander.] Merci. Je vais vous le dire quand même : tout le monde me dit de passer à autre chose. Mais autre chose, c'est un endroit où elle n'a jamais mis les pieds. Alors je garde la maison en état. Voilà. Vous pouvez l'écrire, ça : je garde la maison en état. »

Q. Femme, une Quarante de 2005 (épargnée). Il ne vous est rien arrivé de grave en vingt ans ?

« Non. J'ai eu de la chance, je le sais. Pas de deuil proche, pas de rupture, le même travail — une vie calme, franchement. [question du clinicien : vos plans de 2005 ont pourtant changé de moitié.] De moitié ? [on lui montre.] C'est mon écriture, ça ? [confirmation.] Attendez... Je ne mange plus ça depuis des années. Et cette série, je... c'est vrai qu'on la regardait. C'est troublant,

ce que vous me montrez là. Il ne m'est rien arrivé, je vous assure. [un temps] Il a dû m'arriver la vie, alors. »