



ÉDITORIAL

Jean-Marc Randin

ACP-PR | *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*

2007/2 - n° 6
pages 3 à 4

ISSN 1774-5314

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-approche-centree-sur-la-personne-2007-2-page-3.htm>

Pour citer cet article :

Randin Jean-Marc, « Éditorial »,
Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche, 2007/2 n° 6, p. 3-4. DOI : 10.3917/acp.006.0003

Distribution électronique Cairn.info pour ACP-PR.

© ACP-PR. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Éditorial

Nous nous souvenons tous, dans notre inconscient collectif, ou peut-être dans notre conscience collective, de ces temps où l'homme, parce qu'il ne comprenait pas, ne savait pas ce qui se passait au juste, avait une peur profonde, naturelle, de phénomènes comme la foudre ou l'orage. Nous avons, aujourd'hui, une tendance première, spontanée, «naturelle» elle aussi, à tenter d'expliquer et de contrôler, souvent dans une perspective linéaire de cause à effet. Tel comportement, telle difficulté, telle problématique sont vus comme ayant une cause, que nous recherchons et pensons devoir maîtriser, considérant que là est le chemin vers une résolution.

Pourtant, nombre d'observations nous montrent un autre visage du monde, du vivant et de l'humain. Dans différentes branches scientifiques, bien des chercheurs rejettent la vision mécaniste au profit d'une vision holistique et processuelle (pp. 5-26). Pour cette conception, le vivant n'est pas constitué d'états statiques, mais de mouvements, d'interconnexions et de créativité constante. L'être humain aussi, selon ces chercheurs, praticiens et philosophes, est vu comme un organisme complexe en évolution permanente, dans ce qu'il est intrinsèquement comme dans ses rapports avec ses pairs et le monde qui l'entoure.

«Nous devenons des humains et nous nous créons les uns les autres tout au long de notre vie, qui est tissée de relations» (p. 76). «Nous pouvons dire que nous n'avons pas qu'une seule <nature>. Nous avons une nature biologique, [...] une nature psychologique [...] et finalement nous avons une nature sociale [...] » (p. 39). Pour simples qu'ils soient dans leur énoncé, ces constats ont des implications encore peu intégrées dans notre conception intérieure de nous-mêmes. La tentation est forte de ramener la personne complexe et multidimensionnelle à des états définis, provenant de causes directes, linéaires. Preuve en est que, lorsqu'on tend à ouvrir d'autres perspectives, on est vite en but aux limites de notre langage. Ainsi Whitehead, physicien et mathématicien de formation, a-t-il eu besoin d'inventer une autre manière de s'exprimer pour présenter ses idées sur la nature de l'univers et le dépeindre en termes de processus.

Il en va de même dès qu'on touche à la psychologie humaine et à la multitude de nos expériences psychiques; il devient vite très difficile de

trouver les mots pour décrire ce qui se passe, ce que l'on voit et observe. Le recours à des images est alors aussi fréquent qu'utile, images parfois surprenantes, telle celle d'un métier à tisser pour décrire les aspects internes et externes des expériences de soi (p. 56). L'expérience, en effet, est au-delà des mots. Jamais il ne sera pleinement possible de communiquer la réalité vécue «je suis ce trou noir» (p. 28), car l'expérience *est*, pleine et entière, tandis que les mots utilisés pour la décrire ont toujours un temps de retard. Ils sont même inévitablement en deçà de la réalité lors de drames humains comme le handicap. «Comment dire l'indicible? Comment transmettre l'intraduisible?» (p. 91).

L'expérience est également processuelle, mouvante et de ce fait non maîtrisable. Elle échappe par essence au mental qui tend à la contenir, à la comprendre. Pour entrer dans le mouvement du vivant, il faut accepter que nous sommes plus que notre seul mental, plus qu'une succession d'états. Il faut lâcher pour obtenir. En termes de praticien, «le plus important se trouve peut-être bien dans la confirmation que le concept de la thérapie a à faire avec la *relation* et n'a pratiquement rien à voir avec les techniques, la théorie ou l'idéologie» (p. 65).

L'être humain est infini (p. 80), et l'infini est mouvement, processus. Ce sont là des constats scientifiques, même s'ils ressemblent à une conception philosophique. Face à l'infini, c'est notre capacité de perception et de préhension qui touche à ses limites. Nous avons alors le choix entre résister et bloquer devant ce qui nous échappe, ou l'accepter et nous atteler à éduquer nos esprits à mieux savoir aborder cette réalité.

L'être humain a dépassé la peur de la foudre, sans doute ira-t-il également, un jour, au-delà de sa résistance au mouvement et à l'indicible du vivant. Il se peut que cela passe effectivement par une profonde modification de nos manières de penser, ou du moins de certaines parts de notre structure psychique. Cela fait longtemps qu'une structure de pensée linéaire est la norme, et elle présente indéniablement un certain confort. Ne pas rester enfermés dans cette conception mais élargir le champ de nos aptitudes, dans notre rapport à l'autre comme dans nos perceptions du monde et de nous-mêmes, peut cependant relever d'une aventure humaine passionnante. Qui sait si, un jour, la conception mécaniste et linéaire du monde ne provoquera pas comme seule réaction un sourire attendri à la mémoire d'un âge lointain de l'histoire de la conscience humaine.

Jean-Marc Randin



ROGERS, WHITEHEAD ET L'UNIVERS EN ÉVOLUTION

Bernie Neville

ACP-PR | *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*

2007/2 - n° 6
pages 5 à 26

ISSN 1774-5314

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-approche-centree-sur-la-personne-2007-2-page-5.htm>

Pour citer cet article :

Neville Bernie, « Rogers, Whitehead et l'univers en évolution »,
Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche, 2007/2 n° 6, p. 5-26. DOI : 10.3917/acp.006.0005

Distribution électronique Cairn.info pour ACP-PR.

© ACP-PR. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Rogers, Whitehead et l'univers en évolution

Bernie Neville

Traduction: Françoise Ducroux-Biass

Bernie Neville est Maître de conférence en éducation à l'Université La Trobe, Bundoora, Australie, où il enseigne l'Approche centrée sur la personne dans ses applications à l'enseignement et au counseling¹. Il supervise également des recherches de thèses de doctorat dans ces deux domaines et est l'auteur de plusieurs ouvrages.

Résumé

L'image de l'univers utilisée par Rogers comme notion constitutive de la tendance formative en tant que fondement de l'Approche centrée sur la personne est au centre de cet article. Rogers estime que sa pensée fait partie du paradigme de «la nouvelle science». Il cite un certain nombre de personnes éminentes dont les idées confortent sa thèse d'un univers organique en évolution. Parmi eux il convient de nommer le mathématicien et philosophe Alfred North Whitehead. On peut imaginer que Rogers a été introduit à la philosophie processuelle de Whitehead lorsqu'il fut professeur à l'université de Chicago, à l'époque l'un des principaux centres de la pensée «whiteheadienne». Peu importe qu'il ait été ou non directement influencé par des disciples de Whitehead, il n'en reste

¹ Ndt: Dans l'Approche centrée sur la personne, le terme counseling est indifféremment utilisé pour psychothérapie ou simplement thérapie. Étant donné l'ambiguïté du terme «conseil» en français, nous traduirons dans le corps du texte counseling par thérapie et counselor par thérapeute.

pas moins vrai que sa psychologie est essentiellement une psychologie du processus, et que sa réflexion sur la thérapie dans *A Way of Being*² prend tout son sens quand on la situe dans le contexte du processus cosmologique de Whitehead.

Mots-clés: tendance formative, psychologie processuelle, autoréalisation, thérapie centrée sur la personne.

Les thérapeutes centrés sur le client n'éprouvent aucune difficulté à accepter la proposition que Carl Rogers présente dans *A Way of Being*, à savoir «qu'il existe un processus directionnel chez tous les êtres vivants et que le substrat de toute motivation humaine est la tendance organismique vers la plénitude, [...] vers l'actualisation, qui ne vise pas seulement à la conservation de l'organisme mais également à son épanouissement» (Rogers, 1980, p. 123). Cependant certains thérapeutes centrés sur la personne pensent qu'ils peuvent travailler sans se préoccuper de la tendance formative dans l'univers, le «deuxième pilier de l'Approche centrée sur la personne» (*ibid.*, p. 114). Ils ignorent les implications de cette assertion en ce qui concerne le cosmos; ils ignorent Rogers quand il dit sérieusement que la croissance du client et du thérapeute fait «partie de quelque chose de plus grand» (*ibid.*, p. 129), quelque chose qui «puise dans une tendance qui imprègne chaque partie de la vie organique, une tendance à devenir toute la complexité dont l'organisme est capable» (*ibid.*, p. 134).

Lorsque Rogers décida d'écrire «*The foundations of a person-centered approach*» (*ibid.*, pp. 113-136), le contexte dans lequel il exprima ses idées sur la thérapie appartenait à une manière particulière de comprendre l'univers. L'univers dont il est question dans *A Way of Being* n'est pas une grosse machine comme Newton et le courant de la science dite normale ont essayé de nous le faire croire. Il s'agit plutôt d'un univers vivant pour lequel «il existe dans chaque organisme, à quelque niveau que ce soit, un mouvement sous-jacent qui le pousse vers l'accomplissement constructif de ses capacités inhérentes» (*ibid.*, p. 117).

² Ndt: En français, *Une manière d'être*. Ouvrage non traduit.

On notera que Rogers ne fût pas toujours consistant avec cette notion, même si dans *A Way of Being* il rejette ouvertement l'image de l'univers qui fonctionnerait dans le sens des aiguilles d'une montre et que tout au long de son œuvre son langage fasse référence à l'organisme. Bien que dès 1951, dans son introduction à *Client-Centered Therapy*³, il parlât déjà de la tendance formative, en tant que chercheur il se contenta de travailler selon le modèle cause à effet. Son article de 1959 «*A theory of therapy, personality and interpersonal relationships developed in the client-centered framework*» (in Koch, 1959, pp. 184-256)⁴ qui est considéré comme une exposition-clé de sa position théorique sur la personnalité et la thérapie est écrit selon ce modèle. A la fin d'une longue carrière, de toute évidence il demeurait satisfait de cette logique et de cette précision (Rogers, 1980, p. 59). Comme la plupart des scientifiques il était capable d'avoir en tête au même moment deux notions contradictoires de la nature humaine. Comme le fait observer Karl Popper:

Le sens commun vous fait affirmer, d'un côté, que chaque événement est la cause d'un événement précédent, de telle façon qu'il puisse soit être expliqué soit être prévu [...] D'un autre côté, le sens commun attribue aux personnes humaines matures et saines [...] la capacité de choisir entre des possibilités d'actions alternatives (Popper, 1982, p. xix).

Rogers était radical dans sa conviction que les êtres humains ont la capacité de «choisir» plutôt que «d'être causés», d'être libres plutôt que déterminés. Bien que dans les années cinquante, cette façon de penser fût regardée comme non scientifique, Rogers prit sérieusement le parti du choix et de la vie. En cela il était à l'avant-garde d'un changement dans la pensée scientifique qui eut lieu dans la deuxième partie du vingtième siècle. Alors qu'il faisait de la «science au sens propre du terme» en établissant la crédibilité de la thérapie centrée sur la personne, ses assomptions profondes concernant la vie étaient incompatibles avec le fantasme mécaniste de la science moderne.

Ilya Prigogine passa sa vie entière de physicien à la recherche d'une manière de comprendre l'univers qui prenne en compte à la fois les facteurs de causalité et de hasard. Pour lui:

³ Ndt: *La thérapie centrée sur le client*. Ouvrage non traduit en français.

⁴ Ndt: Thérapie, personnalité et relations interpersonnelles: une théorie inscrite dans le champ de l'Approche centrée sur la personne, in *L'Approche centrée sur la personne*, Lausanne, Randin, 2001, pp. 270-292.

Ce qui émerge maintenant est une description «intermédiaire» qui repose entre les deux images aliénantes d'un monde déterministe et d'un monde arbitraire de pur hasard (1996, p. 189).

Prigogine, prix Nobel de physique (1977) pour son travail sur les «structures dissipatives», a lui-même eu une influence notoire dans l'émergence de cette description «intermédiaire» du monde. Sa recherche et sa réflexion ont eu un effet déterminant dans le développement de l'univers en tant que système complexe qui s'autodétermine — en tant qu'organisme plutôt que machine.

Imaginer l'univers

Ivan Ellingham (2000) note l'existence d'une dissonance entre les concepts organistes et mécanistes présents dans la littérature de l'Approche centrée la personne:

Le défaut intrinsèque de la théorie centrée sur la personne, dit-il (voir Ellingham, 1977), repose sur le fait qu'elle est un mélange de concepts provenant de deux paradigmes disparates, de deux visions directrices du monde fondamentalement différentes, à savoir, d'une part, le paradigme cartésiano-newtonien (C-N) qui sous-tend la physique newtonienne et notre sens commun de la compréhension de la réalité et, d'autre part, un paradigme encore en train de se dégager du paradigme cartésiano-newtonien, paradigme indifféremment étiqueté *d'holistique, d'organismique, de processuel*, et à partir duquel ont surgi un champ théorique, une théorie générale des systèmes et une écopsychologie. (Capra, 1982, p. 196). Un moyen simple d'indiquer la différence entre ces deux paradigmes revient à dire que le premier utilise la machine comme métaphore de base, le deuxième l'organisme vivant (Ellingham, 2000, p. 96).

Pour Ellingham, le concept de congruence est une illustration de la dissonance cognitive apparente dans la théorie centrée sur la personne. D'après lui, ce qui caractérise la congruence «est posé en termes cartésiano-newtoniens dont on trouve les racines chez Freud» (*ibid.*, p. 109). Lorsque Rogers s'exprime sur sa notion de congruence (Rogers, 1961, pp. 61-62 et pp. 182-183), sa pensée semble enfouie dans une image «hydraulique», une image de type énergie-échange, variation cartésiano-newtonienne de l'imagination propre à Freud. Il conçoit certainement la personne comme un organisme mais il imagine l'organisme selon la science mécaniste (y compris

la biologie conventionnelle). En même temps il rejette l'assomption mécaniste de ses contemporains et de leurs héritiers intellectuels qui stipule que la tâche du thérapeute est d'établir un diagnostic de la condition du patient, d'en déterminer la cause et de la consigner. Comme Prigogine, il s'efforce de trouver une description qui relie les deux images aliénantes d'un déterminisme cause à effet et de pur hasard.

Rogers se sentait plus à l'aise avec des métaphores organiques qu'avec des métaphores mécaniques. Il suggère que la tendance actualisante est quelque chose que nous partageons avec la pomme de terre et, souvenir d'enfant, il se souvient des pommes de terre dans la cave de la maison parentale dont les maigres rejets «étaient, dans leur croissance bizarre et futile, comme l'expression désespérée de la tendance directionnelle que je viens de décrire» (Rogers, 1980, p. 118).

Sous cette observation fleurit une compréhension particulière de l'univers. Rogers exprime sa formulation de la tendance actualisante dans le contexte d'un univers qui est vivant et directionnel. Dans *A Way of Being*, il prétend que la tendance actualisante n'est pas juste une caractéristique des êtres humains ou encore de toute vie humaine, mais bien plutôt un trait de l'univers dans son ensemble. Il soutient qu'il y a dans l'univers «une tendance formative observable à tous les niveaux». En développant cette affirmation, Rogers s'aligne sur un certain nombre de scientifiques du vingtième siècle qui ont rejeté l'image du fonctionnement dans le sens des aiguilles d'une montre héritée du Siècle des Lumières. Il cite, en particulier, Smuts, Bergson, Whitehead, Szent-Gyorgyi, Whyte, Prigogine, Murayama et Capra, ainsi que tous ceux pour lesquels l'image «organique» était une meilleure représentation de l'univers que nous habitons (*ibid.*, p. 124).

Ces penseurs n'accordent pas tous le même intérêt aux mêmes idées mais un ensemble de sujets paraît être commun à tous. Pour eux la vie n'est pas le produit de combinaisons d'atomes aléatoires mais un aspect essentiel de l'univers. Quant à l'univers, il n'est pas fait d'une substance stable qui s'appelle «matière» mais il se présente plutôt comme un «processus en devenir». Il leur semble sensé de penser que l'univers est un tout complexe dans lequel tout est connecté dans un mouvement ininterrompu et non divisé, un tout en émergence et en développement plutôt qu'en décrépitude.

Pour bien des philosophes des temps anciens il est évident que l'univers est vivant. Pour Aristote et ses contemporains, il est clair que l'univers évolue et qu'il évolue dans un but précis. Pendant des siècles il n'y eut aucune discussion sur le sujet. C'est au dix-septième siècle que Newton et Descartes introduisirent l'idée que l'univers se comporte comme une machine, que les

arbres, les animaux et mêmes les êtres humains ne sont que des machines compliquées. Même si beaucoup de contemporains de Newton, comme Spinoza et Leibniz, ont considéré le cosmos comme un organisme vivant et que les poètes romantiques et les philosophes du dix-huitième siècle en ont fait vivre l'image, cette image fut totalement rejetée par les courants scientifiques dominants.

L'image mécaniste de l'univers s'est montrée tellement utile pour la science qu'elle en est devenue comme non contestable dans l'esprit de la plupart des gens cultivés. Nous avons appris que l'univers était une énorme machine faite de tout un tas de «choses» séparées, reliées entre elles par des relations de cause à effets compliquées. Beaucoup parmi nous ont grandi dans l'idée que le monde était fait d'un tas de «choses» solides et séparées. Certains, pas tous, y ont même ajouté un composant appelé «vie». Nous nous voyons comme une «chose» physique appelée corps avec à l'intérieur une chose pas-si-physique-que-ça que nous appelons esprit ou (peut-être) âme. Nous utilisons tout cela pour observer et évaluer d'autres «choses» qui constituent ce que nous appelons «réalité» et nous faisons des choix quant à la manière dont nous allons les traiter.

La nouvelle science

Pendant que Rogers écrivait *A Way of Being*, le biologiste Rupert Sheldrake écrivait «*A new Science of Life*»⁵ (Sheldrake, 1981) dans laquelle il prétendait que le cosmos ressemble plus à un organisme en croissance et en développement qu'à une machine éternelle. Pour lui, l'idée que l'univers ressemble à une machine, obéissant à des lois universelles et immuables, n'est plus consistante avec l'évidence que nous en donne la science. Dix ans plus tard, il nous enjoignait vigoureusement à reconnaître que la nature est vivante, reconnaissance qui a des conséquences profondes sur le plan politique et social.

Dès que nous nous accordons le droit de considérer le monde comme un organisme vivant, il nous apparaît qu'une partie de nous connaissait cette vérité de tout temps. Nous sortons, en quelque sorte, de l'hiver pour pénétrer dans un nouveau printemps. Nous commençons à relier notre vie mentale à nos expériences intuitives directes de la nature. Nous pouvons commencer à participer à l'esprit des lieux et des temps sacrés. Nous mesurons

⁵ Ndt: *Une nouvelle science de la vie*. Ouvrage non traduit en français.

combien les sociétés traditionnelles ont de choses à nous apprendre, elles qui n'ont jamais perdu le contact avec le monde qui les entoure. Nous pouvons reconnaître les traditions animistes de nos ancêtres. Nous pouvons commencer à développer une compréhension plus riche de la nature humaine, façonnée par la tradition et la mémoire collective, liée à la terre et aux cieux, liée à toute forme de vie et consciemment ouverte à la puissance créative exprimée par l'évolution. Nous renaissions dans un monde vivant (Sheldrake, 1990, p. 188).

Comme Sheldrake, Rogers semble considérer que la «vie» est l'une des qualités essentielles de l'univers et non une qualité accidentelle. En imaginant que l'univers est vivant et en émergence il rejoint les conceptions du monde qui sont aussi vieilles que la civilisation.

Parmi les scientifiques et les philosophes que Rogers nomme comme ayant influencé son image de l'univers, il faut citer Capra. Il cite le livre de Capra récemment publié, *The Tao of Physics*⁶ (1975) qui fait état de parallèles entre l'image de l'univers telle que nous la procure la physique du vingtième siècle et celle des mystiques orientaux. Et dans *The Turning Point*⁷ (1982) Capra soutient que la science du vingtième siècle a subi un changement paradigmatique qui l'a éloignée de la vision d'un monde matérialiste, réductionniste, mécaniste et l'a conduite vers quelque chose de nouveau, une image de la réalité tel un organisme complexe que les modes de pensée traditionnels n'avaient pas la capacité de comprendre. De la même manière, Sally Goerner dans *After the Clockwork Universe*⁸ (1999) estime que, quelle qu'ait été son utilité par le passé, la science «des Lumières», n'est plus capable de faire face aux problèmes qu'elle a créés. Cette science nous a inculqué un esprit de compétition, de contrôle et d'exploitation dans nos relations entre nous et avec la nature, individuellement et collectivement. Goerner fait ressortir le besoin d'une science qui soit consciente des embûches de la pensée rationaliste et puisse nous aider à trouver une manière de répondre aux problèmes complexes qui nous assaillent.

L'une des conclusions à laquelle l'image dominante et mécanique de l'univers nous a rapidement amenés est que l'univers est soumis à l'entropie, à des fuites d'énergie, à l'épuisement et à l'extinction. La théorie de Darwin, en suggérant que la nature devenait plus complexe et produisait des

⁶ Ndt: Capra, F.: *Le Tao de la Physique*, Eric Koehler/Sand, 2004.

⁷ Ndt: Capra, F.: *Le temps du changement*, Editions du Rocher, 1994.

⁸ Ndt: *Après l'univers dans le sens des aiguilles d'une montre*. Ouvrage non traduit en français.

formes plus évoluées à partir de formes moins évoluées, défia cette conclusion. Pendant cent ans, voire plus, les scientifiques se sont contentés de cette contradiction. Mais au cours des années 1960, ces assumptions commencèrent à se modifier. Lorsque dans *Le développement de la personne* Rogers constata que la «tendance actualisante» s'enracinait dans une tendance directionnelle visible dans toute vie organique, y compris la vie humaine — besoin de «s'étendre, de grandir, de se développer, de mûrir» (Rogers, 2005, p. 233) — cette observation commençait à être prise au sérieux dans le monde scientifique de la physique. En 1966, Szent-Györgyi, prix Nobel de médecine, proposa l'idée que «dans la matière vivante il y avait une tendance à la perfection». Il n'était plus possible d'imaginer l'évolution comme un processus aveugle et mécanique, mais bien plutôt comme une conséquence naturelle d'une certaine force inhérente à tous les êtres vivants «à travers laquelle les formes tendent à atteindre des formes d'organisation, d'ordre et d'harmonie dynamique, de plus en plus élevées». Il basait son argumentation sur l'évidence grandissante de l'existence d'un principe opposé à celui de l'entropie qu'il appela syntropie (Szent-Györgyi, 1966).

Dans *Order out of Chaos*⁹, Ilya Prigogine et Isabelle Stengers ont essayé de résoudre la contradiction entropie/syntropie en développant l'idée que, dans certaines conditions, l'ordre émerge du désordre. Pour Prigogine, prix Nobel de chimie, qui a fortement influencé Capra dans sa manière nouvelle de concevoir la vie, l'univers et toute chose, c'est parce que les scientifiques se sont focalisés sur des systèmes fermés — en croyant que l'ordre, la stabilité, l'uniformité et l'équilibre sont des états normaux — qu'ils ne se sont pas aperçus qu'à l'évidence la réalité n'était pas stable du tout. Ce sont les moments de stabilité qui sont anormaux. La réalité est davantage caractérisée par le désordre, l'incertitude, le déséquilibre et les relations non-linéaires. Dans certaines conditions l'ordre émerge spontanément du chaos. L'univers s'auto-organise.

En 1972, James Lovelock écrivit *Gaia: A new Look at Life on Earth*¹⁰, livre dans lequel il soutient qu'il faut arrêter d'imaginer la Terre comme une machine, mais bien plutôt l'imaginer comme un corps vivant. Cette notion souleva une grande émotion et une grande opposition chez les scientifiques. Par contre elle fut reçue avec enthousiasme par les adeptes du «New Age» auxquels elle n'était pas destinée. Or, trente ans plus tard, il est devenu

⁹ Ndt: Prigogine, I. et Stengers, I., *Order of Chaos*, Odile Jacob, 2001. Épuisé.

¹⁰ Ndt: *La Terre est un être vivant: l'hypothèse de Gaia*, 1998, Paris, Flammarion.

conventionnel pour les scientifiques d'accepter l'image de la Terre de Lovelock comme un système dynamique, s'auto régulant, constitué d'éléments physiques, chimiques, biologiques et psychologiques, de même que de considérer les être humains comme des composants du système plutôt que comme de simples observateurs (Lovelock, préface de Gaia).

Lovelock avait jugé nécessaire de préciser qu'en parlant de la Terre comme de Gaia et même qu'en insistant sur le fait qu'elle se comportait comme un organisme vivant, il parlait en métaphore. Son intention n'était pas de nous persuader que la Terre était réellement une déesse, mais qu'en l'état des données dont nous disposons, il trouvait que cela ferait davantage sens et serait plus cohérent d'imaginer la planète comme un être vivant plutôt que comme une machine.

Les scientifiques cités par Rogers ne prétendent pas posséder la vérité ultime concernant l'univers. Ils sont plus enclins à approcher la vérité comme le fait le physicien David Bohm lorsqu'il dit:

[..] de toute évidence il n'y a pas de raison de supposer qu'il y a ou qu'il y aura une forme d'insight finale (correspondant à la vérité absolue) ou même d'une série d'approximations solides [...]. [Ce qui] veut dire qu'il faut regarder nos théories avant tout comme des manières de considérer le monde en tant que tout (c.-à-d. avoir des visions du monde) plutôt que comme une connaissance absolument certaine du comment les choses sont (ou une approche solide de celles-ci) (Bohm, 1980, p. 5).

C'est une idée sur laquelle Rogers est revenu plus d'une fois, en particulier dans ses derniers écrits.

Je pense que les hommes et les femmes, tant sur un plan individuel que collectif, rejettent au-dedans d'eux-mêmes et de manière organisationnelle la vue d'une réalité unique approuvée par la culture. Je crois qu'inévitablement ils tendent à accepter l'existence de millions de perceptions *individuelles*, séparées, intéressantes et informatives de la réalité (Rogers, 1980).

Comme Rogers, Bohm essaya de combler le fossé qui s'était creusé entre sens et faire sens. L'une de ses préoccupations majeures fut de s'attaquer à la tendance prédominante en science qui consistait à penser en termes de vision fragmentaire du monde lui-même. La manière de penser promulguée par la science conventionnelle nous donne l'image d'un univers qui ne consiste en rien du tout si ce n'est qu'en un agrégat de blocks de construction atomique existant séparément. Pour Bohm cette manière de voir et de penser a des implications dans chaque aspect de la vie

humaine en divisant l'esprit de la matière, la science de l'art, nous divisant les uns des autres et du monde non humain (Bohm, 1980, chap. 1; 1996, chap. 2). Sa solution n'est pas de chercher une sorte de vision du monde unificatrice et fixe qui serait aussi absolue que la vision fixe du monde de la science positiviste. Selon lui, ce que nous devons chercher c'est le sens de la plénitude, et découvrir que le mesurable et l'incommensurable «ne sont que des manières différentes de considérer l'entier un et indivisible» (Bohm, 1980, p. 21).

Derrière le raisonnement de Bohm on sent la préoccupation de ne pas être pris en otage par les adorateurs de Gaïa et d'autres adeptes du New Age qui, convaincus qu'ils sont d'avoir trouvé l'ultime vérité, peuvent être aussi dogmatiques que les matérialistes contre lesquels ils s'insurgent. Du point de vue de Bohm, ni l'image de l'univers organique ni l'image de l'univers mécanique ne représente les «faits» qui caractérisent l'univers; ce ne sont simplement que des façons différentes de l'imaginer.

La théorie des systèmes, dont le début remonte aux années vingt, a eu une influence considérable sur le développement de la nouvelle science. Mais plus récemment ce sont les théoriciens de la complexité qui ont apporté de nouvelles preuves et de nouveaux arguments en faveur de la notion d'un univers organique en évolution. Ceci implique de repenser la théorie évolutionniste pour prendre en compte la preuve qu'il existe un ordre dans les sources de l'univers qui inclut à la fois la sélection et l'auto-organisation. C'est ainsi que pour Kauffmann, les êtres humains, au lieu d'être le résultat du hasard, étaient «attendus»; la vie et la conscience humaines ont commencé comme «une propriété émergente et attendue des sortes de molécules organiques qui se sont formées presque inévitablement à l'origine de la terre» (Kauffmann, 1995, p. 304).

Pour Erwin Laszlo (1996,2005), même si l'évolution n'est pas le seul fait du hasard, elle n'est pas entièrement prévisible. Elle a une direction sous-jacente. La dynamique évolutionniste de base va dans le sens «d'une complexité structurelle de plus en plus grande qui s'exprime par la convergence des systèmes existant vers les nouveaux systèmes de niveau plus élevé que forment leurs relations mutuelles» (Laszlo, 2005, p. 1).

Murray Bookchin qui est à l'origine d'une manière de penser à laquelle il donna le nom d'écologie sociale, déclara en 1980 qu'il existait dans l'évolution une direction ou tendance vers une plus grande complexité pour aboutir à la presque incroyable complexité de l'esprit humain — le développement de la conscience. L'humanité fait non seulement partie de l'évolution mais elle en est encore le fil directeur doté d'un pouvoir

d'influence sur le processus même qui lui donne forme. Les processus évolutionnistes se dirigent vers la réalisation de degrés d'individuation, de liberté, d'existence du soi toujours plus élevés. A l'instar de Sheldrake, Bookchin prétend que ce n'est pas la compétition sans merci qui rend l'évolution possible mais une coopération mutuelle et bénéfique des espèces. Une individuation, une liberté et une existence de soi croissantes ne peuvent émerger que dans le contexte d'un tout émergent.

La perspective de Bookchin est de nature écologico-radical. Les radicaux écologiques combattent l'hypothèse suivant laquelle la planète n'existerait que pour être dominée et exploitée par les humains. Notre manière de la traiter constitue un danger pour nous et nos descendants, seule raison, selon eux, pour laquelle nous avons pris conscience de son existence. Et c'est là thèse qu'ils combattent. Ils pensent que la terre a sa valeur propre qui n'est pas d'être utile à l'homme. D'une manière plus générale, la survie de l'homme ne paraît pas si importante. Une planète qui s'auto organise pourrait bien arriver à nous éliminer dans l'intérêt de sa propre survie. Pendant trente ans Arne Naess, le génial fondateur du mouvement de l'écologie profonde, a attaqué notre image anthropocentrique de la planète en prétendant que «l'auto réalisation» individuelle humaine n'était qu'une manifestation de «l'auto réalisation» de l'univers (voir Witoszek, 1999).

La «nouvelle science» n'est plus vraiment nouvelle. Nous pourrions même dire qu'elle ne fut jamais nouvelle mais qu'elle représente un courant de pensée scientifique vieux de plusieurs centaines d'années. Dans les années quatre-vingt commença une analyse historique importante du mouvement culturel radical des Lumières qui prit naissance au dix-septième siècle et suivit une double trajectoire suivant qu'il s'appuyât sur le courant principal des Lumières modéré ou sur celui de l'orthodoxie chrétienne. Le courant modéré des Lumières s'enracinait dans la croyance d'un univers fonctionnant dans le sens des aiguilles d'une montre supervisé par une divinité transcendante (devenue ensuite superflue). A l'opposé, le courant radical ne séparait pas le créateur de la création: la nature *est*, tout simplement, et tout ce qui existe fait partie de ce plus grand Tout. Les partisans du courant radical furent diaboliquement traités de «francs-maçons», harcelés, emprisonnés à la fois par l'Église et par l'État, et tour à tour étiquetés de panthéistes, de déistes, de païens, et d'athées. Là où les philosophes du courant modéré soutenaient la monarchie et la protection de la propriété, les philosophes radicaux visaient la démocratie, la tolérance, la libération de la femme et l'abolition de l'esclavage. Là où les modérés annonçaient la

possibilité récemment découverte d'atteindre la vérité à travers des propositions logiques, les radicaux virent la valeur de l'imagination, de l'intuition et du dialogue. Spinoza est le personnage-clé de cette tradition dont l'influence est encore dominante parmi les écologistes profonds (Llyod, 1999). Aux dix-huitième et dix-neuvième siècles, on constate que la vision du mouvement radical forme la pensée d'une minorité de théoriciens politiques ainsi que de poètes, de philosophes, de théologiens, de scientifiques. Pendant la première décennie du vingtième siècle, cette tradition scientifique alternative est représentée par Whitehead et Bergson et plus récemment par des contemporains de Rogers dans un large éventail de disciplines allant de l'astrophysique à la cybernétique (voir par exemple Lovelock, 1979; Bateson, 1980; Bohm, 1980; Jantsch, 1980; Maturana et Varela, 1980; Sheldrake, 1981; Prigogine et Stengers, 1984).

On peut admettre que la pensée de Rogers, telle qu'elle se présente dans *A Way of Being*, se situe assez aisément dans cette tradition scientifique — tradition dans laquelle sont ancrés, dans une image organique de l'univers, la préférence pour la démocratie, l'engagement pour la justice sociale et le désir que tous les hommes aient la possibilité de développer leur plein potentiel.

Lorsque Capra écrit *Le temps du changement* au début des années quatre-vingt, il affirme que la révolution en cours dans la physique moderne est l'expression d'une révolution beaucoup plus large, qui dépasse le monde des sciences et comprend une transformation du monde et de ses valeurs. Plus récemment, dans *After the Clockwork Universe*¹¹, Sally Goerner (1999) prétend que la science des Lumières, en dépit de sa grande utilité par le passé, n'est plus capable de faire face aux problèmes que cette science a créés. Cette science nous a inculqué un esprit de compétition, de contrôle et d'exploitation dans nos relations entre nous et avec la nature, individuellement et collectivement. Goerner fait ressortir le besoin d'une science qui soit consciente des embûches de la pensée rationaliste et puisse nous aider à trouver une manière de répondre aux problèmes complexes qui nous assaillent. Les partisans de la nouvelle science sont peut-être en désaccord sur bien des points, mais ils admettent que leur science met le doigt sur la nécessité d'une révolution dans notre façon de considérer le monde, dans nos attitudes et nos rapports avec la planète.

¹¹ Ndt: *Après l'univers dans le sens des aiguilles d'une montre*. Ouvrage non paru en français.

Être et devenir

Ilya Prigogine et Isabel Stenger situent leur vision du monde dans le contexte du «problème central de l'ontologie occidentale: la relation entre l'être et le devenir» (1984). Dans cette discussion du vingtième siècle, North Whitehead fut un personnage important. Il a fortement influencé des penseurs de la science dite «dure» tels que Bohm, Sheldrake et Prigogine. Il a eu une influence importante, quoiqu'indirecte, sur l'Approche centrée sur la personne.

Dans son chapitre sur les fondements de l'Approche centrée sur la personne, Rogers reconnaît le rôle de Whitehead dans le développement de la compréhension particulière de l'univers (Rogers, 1981, p. 132). Sa position à l'université de Chicago, dans les années dix neuf cent cinquante et soixante, a coïncidé avec celle de cette université alors centre énergétique de la philosophie whiteheadienne aux États-Unis. Le personnage principal en était William Harthborne et nombreux furent les philosophes, théologiens et scientifiques qui utilisèrent le processus de pensée de Whitehead comme cadre de recherche et d'enseignement de leur discipline. Il eut été surprenant que l'influence de Whitehead n'atteigne pas le *Counseling Center*¹². D'après les livres qui virent le jour en cet endroit et à cette époque, et bien que les références à Whitehead ne soient pas nombreuses dans leurs écrits, Rogers, Gendlin et Hiltner situent le processus au centre de leur pensée sur la thérapie (Rogers 1951; Gendlin, 1962; Hiltner, 1949). Que Rogers ait été conscient ou non de l'impact de la philosophie de Whitehead sur le développement de sa pensée pendant ses années à Chicago, des traces de la philosophie du processus de Whitehead sont néanmoins visibles tout au long de son œuvre.

Quelle sorte d'univers?

Alfred North Whitehead débuta sa carrière scientifique en tant que mathématicien et physicien et la termina comme philosophe et comme tel il essaya de définir le type d'univers auquel nous appartenons. Il a mis toute sa passion à construire une manière de penser l'univers qui soit basée sur l'expérience humaine et qui puisse s'appliquer également au monde sub-aquatique, au monde humain et au monde intergalactique. Il est parti de

¹² Ndt: Centre de thérapie, fondé par Carl Rogers au sein de l'université de Chicago.

l'idée que si l'image de l'univers révélée par la physique subaquatique est juste, l'univers «doit [nécessairement] lui ressembler de fond en comble». Il n'y a pas de matière, seulement un processus, pas de «choses», simplement des possibilités de devenir des événements.

Les ressemblances entre l'idée de Whitehead concernant le processus par lequel la nature se développe et la théorie des quanta sont importantes. Whitehead dit que le monde est fait «d'occasions réelles», chacune ayant son origine dans des potentialités créées par des occasions réelles antécédentes. Ces occasions réelles sont des «happenings» ou «événements», chacun venant à naître et à périr pour n'être remplacé que par un successeur. Ce sont ces «happenings» ressemblant à des expériences qui, selon Whitehead, sont les réalités fondamentales de la nature, et non les particules physiques que la physique de Newton considéra comme des entités de base.

Même si à ses débuts Whitehead a pu être influencé par les découvertes sur la nature de l'univers faites par les physiciens des premières décennies du vingtième siècle, sa philosophie est directement inspirée des perceptions d'Héraclite, à l'ouest, et de Bouddha, à l'est.

Au dix-septième siècle avant Jésus-Christ, Héraclite, sorte de philosophe gourou qui vivait en Asie occidentale, utilisait l'image du feu pour expliquer de quels «trucs» est fait le cosmos. Et ce faisant il s'approchait autant que faire se peut de notre notion de l'énergie. Dans son esprit, le feu (ou énergie) n'était pas simplement une «chose» parmi d'autres dans l'univers. C'était ce qui donnait forme à toute chose et maintenait l'univers en état d'existence: «Cet univers qui est le même pour tous, n'est pas le fait d'un homme ou d'un dieu, mais il a toujours été, et sera toujours, un feu vivant à jamais, s'allumant en <quantités> régulières et s'éteignant en <quantités> régulières» (Burnet, 1930). Dans les fragments de ses écrits que nous possédons, il développe cette image en mettant le doigt sur le potentiel de chaque chose à devenir du feu, comment le feu est un processus d'échange continu, comment il recherche sa satisfaction, comment il avance et se retire, comment il atteint toute chose par surprise. Paradoxalement le feu éternel qui crée le «flux» de l'univers est garant de sa stabilité. Car ce sont toujours les mêmes «quantités» de feu qui sont allumées et éteintes. Il doit toujours y avoir un cycle continu d'échange d'énergie car il est impossible que le feu consume continuellement ce qui le nourrit sans rendre en même temps ce qu'il a déjà consommé. Lorsque Héraclite changea son image du feu par de l'eau (autre image de la fluidité de l'énergie) il nota que non seulement nous ne pouvons pas entrer deux fois dans la même rivière, mais aussi que nous ne sommes pas la même personne à y entrer à deux instants successifs.

Une autre image, également ancienne, nous vient du Bouddhisme Hua-Yen. C'est l'image du filet d'Indra.

Au loin, dans la demeure céleste du grand dieu Indra, s'étend un merveilleux filet qui s'étire indéfiniment dans toutes les directions. A chaque nœud pend un joyau étincelant. La taille du filet étant infinie, le nombre des joyaux aussi est infini. Non seulement chaque joyau contient-il l'image de chaque autre joyau, mais il se reflète encore lui-même à l'infini dans chacun des autres joyaux. Ce qui fait un joyau, ce sont les reflets de chaque joyau sans lesquels le joyau n'existerait pas. Chaque joyau fait partie de tous les autres joyaux et contient tous les autres. Si l'un des joyaux est touché, tous les autres joyaux sont touchés également.

La théorie de Whitehead est une théorie de «bootstrap¹³». Dans ses moments de vie chacun de nous est connecté à une autre expérience de vie dans l'univers qui le maintient en existence. A travers nos connexions chacun de nous contient l'univers tout entier, et chaque autre entité dans l'univers nous contient. Chaque chose que nous faisons a un impact, si petit soit-il sur tout l'univers. Enlevez la connexion et il ne reste plus rien.

Le flux évolutionniste

Pour Whitehead, tous les aspects de l'univers se meuvent vers la réalisation d'une richesse d'expérience toujours plus grande. C'est la même perspective que l'on rencontre derrière l'idée de Rogers selon laquelle le choix organisationnel est guidé par le courant évolutionniste. Comme Whitehead, Rogers perçoit l'univers comme un organisme vivant, en évolution.

De ce fait, nous pouvons dire que lorsque nous fournissons un climat qui permette aux personnes *d'être*, qu'il s'agisse de clients, d'étudiants, de travailleurs ou de participants à un groupe, nous ne nous engageons pas au hasard. Nous puisons dans une tendance qui imprègne chaque partie de la vie organique, une tendance à devenir toute la complexité dont l'organisme est capable (Rogers, 1981).

Croître, pour Rogers comme pour Whitehead, n'est pas quelque chose que nous faisons. Ce n'est même pas quelque chose qui nous arrive. C'est plutôt un événement cosmique auquel nous participons.

¹³ Ndt: Littéralement: tirant de botte. «Bootstrap» est le nom donné à une théorie appliquée en informatique, en statistique, en astrophysique, etc.

Certains de mes collègues prétendent que le choix organismique, le choix non-verbal, subconscient d'une manière d'être, est guidé par le courant évolutionniste. Non seulement j'adhère à cette proposition mais j'irai encore plus loin. En psychothérapie, nous avons appris à reconnaître les conditions psychologiques qui sont le plus capables de favoriser l'accroissement de cette prise de conscience de soi dont l'importance est essentielle... Plus cette perception est grande, plus on peut être sûr que la personne flottera à l'unisson du courant directionnel de l'évolution [...]. La conscience participe à cette tendance élargie, créative et formative (Rogers, 1981).

De ce point de vue, les êtres humains ne sont pas différents de tout le reste de l'univers. L'univers tout entier est en constant processus de devenir. Dans mon propre devenir je suis, au moment présent, une «occasion» ou une «goutte d'expérience» qui «appréhende» tous mes moments d'expérience préalables et identifie cette communauté «d'occasions passées» comme étant «moi». Ce moment présent d'expérience meurt immédiatement et devient la partie de ce «moi» remémoré (ou appréhendé). Toutes les occasions passées donnent forme à la façon dont je répons au monde dans le moment présent mais elles ne le déterminent pas. Dans ce moment présent de subjectivité je peux choisir de me répéter ou d'être nouveau.

Quand Rogers émit l'idée que pour comprendre le client le meilleur moyen était de le faire à partir de son propre cadre de référence à lui, cette proposition ne fit pas beaucoup de sens pour les psychologues conventionnels. Dans un contexte dominé par le comportementalisme, où le comportement est déterminé par les stimulus de l'environnement, on considérait comme illusoire que le client puisse faire l'expérience subjective de ses propres choix. Dans le monde de la psychanalyse on pensait également que le comportement était déterminé — par une motivation inconsciente. Il se peut que Rogers n'ait pas été directement influencé par la pensée de Whitehead. Celle-ci faisait néanmoins partie de son contexte intellectuel. En effet le client en tant que sujet n'est pas déterminé; il est au contraire toujours occupé à construire du sens à partir de son expérience. Quant au thérapeute il n'a rien de mieux à faire que d'accompagner et soutenir son client dans le processus. Lorsque nous nous centrons sur nos clients comme sur des

personnes que nous devons observer, faire «remémorer» ou diriger, nous les fixons comme des objets. Lorsque nous les regardons et que nous les écoutons, nous regardons et écoutons leur soi passé. (Bien qu'il ne faille pas plus d'une microseconde à notre conscience pour enregistrer une donnée sensorielle, chaque chose que nous voyons et entendons fait toutefois partie du passé). Et pourtant, au moment de l'expérience que nous partageons, nous, nos clients et notre travail de thérapie, nous sommes vivants et capables de transformation.

Être connecté

Lorsque nous considérons une interaction thérapeutique entre un thérapeute et un client, nous avons tendance à voir deux individus et imaginer qu'il existe une relation entre les deux, quelle qu'elle soit. Pour Whitehead, c'est l'inverse. A chaque moment de l'expérience c'est la relation qui maintient en existence les deux sujets de l'expérience et non deux individus qui font qu'une relation existe. Ils sont directement connectés: ce sont deux aspects d'un moment unique d'expérience cosmique. Pour Whitehead, l'univers n'est pas fait de gens, de corps chimiques ou d'atomes. Il est fait de relations qui font exister des gens, des atomes et des corps chimiques.

Quand nous observons et écoutons un client, il est probable que nous prenions particulièrement conscience des informations externes, visuelles et auditives que nous recevons. Or nous «appréhendons» aussi notre client à travers un mode de perception bien plus basique et primitif que Whitehead appelle «l'efficacité causale» — connexion non sensorielle, directe, immédiate avec notre client dans un univers où toutes les choses sont interconnectées. Toute l'expérience passée de l'univers en évolution circule à l'intérieur de nous en ce moment présent. Nous nous en apercevons dans nos «sensations viscérales», dans notre intuition, dans nos émotions qui ne semblent pas être reliées à quoi que ce soit d'observable au moment présent, dans l'expérience occasionnelle d'en savoir plus que ce que nos sens peuvent nous dire. A travers ce mode de perception qui a été sérieusement sous-évalué et dénié par la science moderne, nous faisons une expérience directe et intérieure de notre client et nous reconnaissons que ces tiraillements confus et indistincts de notre conscience peuvent avoir un sens.

Dans ses premiers écrits, l'empathie était pour Rogers un processus essentiellement cognitif. Il pensait que le comportement humain, quelque

bizarre qu'il puisse sembler à l'observateur, est toujours rationnel et a pour but de «répondre à la réalité telle qu'elle est perçue». (Rogers, 1951). Dans sa vision parfaitement rationnelle il serait «souhaitable de pouvoir faire de manière empathique l'expérience de toutes les sensations viscérales de l'individu» (ibid.) mais il réalise que cela est impossible. Tout au long de cette discussion, le monde du client est clairement le monde du client et le monde du thérapeute, le monde du thérapeute. A l'opposé, sa manière ultime de penser l'empathie inclut le sens de la connaissance directe, le sens que lui et son client sont les éléments d'un tout élargi.

Lorsque je suis au mieux de ma forme en tant que facilitateur ou thérapeute, je découvre une autre caractéristique. Quand je suis au plus près de mon self intérieur, intuitif, quand je suis d'une certaine manière en contact avec l'inconnu qui est en moi, quand je suis peut-être dans un état de conscience légèrement modifié, eh bien tout ce que je fais semble être puissamment curatif [.]. A ces moments-là, il me semble que mon esprit intérieur se penche sur l'esprit intérieur de l'autre et qu'il le touche. Notre relation est transcendée et devient une partie de quelque chose de plus large. Croissance, guérison et énergie profondes sont présentes. (Rogers, 1980, p. 129.)

Rogers nous a laissé la compréhension empathique comme condition «nécessaire et suffisante» à la forme de transformation particulière qui s'instaure au travers de l'interaction entre le thérapeute et le client. Whitehead était allé plus loin en suggérant qu'il n'y a pas vraiment d'espace entre le thérapeute et le client. Nous ne sommes pas installés dans notre cellule particulière de l'individualité pour échanger des messages avec un client qui lui-même est installé dans sa cellule individuelle. Nous sommes tous les aspects de l'un et de l'autre. Si vous cessez d'exister, je fais de même.

Pour Rogers, c'est la reconnaissance et la valorisation de la connexion qui permet la tendance actualisante. A l'intérieur de la relation thérapeutique telle que Rogers l'imagine, client et thérapeute sont tous les deux pris dans la «démarche créatrice» et participent au devenir de l'un et de l'autre, de même qu'au devenir du cosmos.

Une psychologie du processus

Quand les clients parlent de leur besoin de se découvrir eux-mêmes, c'est qu'ils pensent qu'il y a dessous quelque chose à trouver, et que si nous

les aidons à se débarrasser des vieilles couches ils trouveront leur soi authentique. Ils parlent rarement de vouloir se créer. Dans la psychologie conventionnelle, académique aussi bien que populaire, chacun de nous a un soi indépendant et stable qui est l'agent de notre comportement conscient et inconscient. C'est quelque chose que nous cherchons à protéger et à maintenir.

Whitehead pense autrement. Tout, y compris nous-mêmes, va et vient dans l'existence. Nous ne sommes pas des objets qui supportons que des choses se passent, au gré du temps. Nous sommes plutôt un bouquet d'expériences; nous nous recréons à chaque moment.

La notion de processus continu est également au centre de la compréhension de la vie et de la thérapie chez Rogers. Dans son modèle du processus thérapeutique, nous voyons des clients qui se définissent comme un «soi» qui pense et ressent de manière prévisible — déterminés qu'ils sont par les moments passés de leur expérience — devenir un self qui «vit subjectivement dans l'expérience sans ressentir [...] A ce moment-là, le soi *est* ce ressenti [...] Le soi *est* subjectivement dans le moment existentiel. Ce n'est pas quelque chose que l'on perçoit» (Rogers, 1961, p. 147). Comme le dit Whitehead: «Mon présent fait l'expérience de qui je suis» (Whitehead, 1938, p. 163).

Nous sommes loin des images que les clients nous amènent généralement en thérapie: Simone est une fumeuse à la chaîne; Philippe est habituellement violent; Sally est alcoolique; Reg a été submergé par l'anxiété pendant des années. Ils nous disent qu'ils n'aiment pas être comme ça et qu'ils désirent changer. Mais souvent, en même temps, ils disent: «voici qui je suis. C'est juste comme ça». Ils peuvent imaginer qu'ils ont un vrai soi qui pourrait émerger s'ils pouvaient sortir de leur prison, mais il est peu probable qu'ils perçoivent qu'il est de leur tâche de se créer eux-mêmes. Et pourtant ils ont la possibilité de se créer à chaque instant.

Liberté, voici la question [...] Untel est-il fumeur ou bien s'est-il lui-même créé fumeur 4.493.210 fois ? Ce qui est crucial, c'est la manière dont la réalité est définie (Brizee, 2000).

Qu'il existe un soi stable et substantiel qui attende d'avoir les potentiels spécifiques pour se réaliser est aussi étranger à Rogers que cela l'est à Whitehead. De ce point de vue, une thérapie qui reposerait sur la préservation du soi personnel du client se fourvoierait. Nous vivons dans un univers qui nous offre d'autres possibilités et nous fait d'autres demandes.

Être créatif

Rogers a mis la créativité au centre de son modèle de croissance thérapeutique. Dans *Le développement de la personne*, le ressort principal de la créativité est la tendance actualisante. Dans *A Way of Being*, la transformation apparaît dans la participation à «une tendance formative, créative, plus large». Ici, Rogers fait écho à la manière dont Whitehead perçoit la transformation personnelle, bien qu'il n'ait pas exploité cette notion autant que le fit Whitehead.

Whitehead ne voit pas le développement humain comme l'émergence de quelque chose qui soit déjà latent en nous. Il l'imagine plutôt comme une réponse à un leurre qui nous dépasse. Il suggère qu'il y a une force centrale organisatrice dont l'activité est d'essayer de réaliser les qualités d'intensité, d'harmonie, de beauté, de complexité, de plaisir et de paix. Chaque moment de devenir — que ce soit au niveau atomique, cellulaire, humain individuel, ou encore au niveau de l'organisme cosmique tout entier — est une expression de cette même source dynamique, dirigée vers l'accomplissement de ses plus grandes possibilités. En nous, en nos clients, chaque moment nouveau est un moment de création dans lequel nous pouvons soit nous laisser entraîner vers un objectif de beauté et de complexité, devenant ainsi plus que nous avons jamais été, soit nous laisser piéger par nos vieilles habitudes et réactions en nous répétant une fois de plus. De plus, le moment créatif dont nous faisons l'expérience n'est pas seulement notre moment privé. Il n'existe pas en dehors du moment créatif dont tout l'univers fait l'expérience.

Conclusion

Tout essai de développement d'une «grande théorie» voit le risque de la fixer dans un modèle dogmatique que les vrais adeptes considéreront comme vérité et les autres prendront pour du non-sens. Whitehead avait horreur des «idées inertes». Lorsque nous mettons les idées de Rogers en pratique, il nous faut faire attention à ne pas transformer son processus créatif en «idées inertes». Ses propres idées étaient toujours «en processus». Il nous défie de jamais trouver une vérité ultime et il nous suggère de baser nos vies «sur l'assomption qu'il existe autant de réalités qu'il y a de personnes» (Rogers, 1980). Ceci n'est pas une déclaration de positivisme radical. Il ne suggère pas que nous soyons condamnés à être isolés du monde d'expérience des uns et des autres. Ce qu'il suggère, c'est au

contraire que nous considérons plus sérieusement les mondes des uns et des autres, que nous y entrons et les explorons et que nous nous réjouissons de leur diversité. Il se peut que l'univers soit trop complexe pour le décrire sans ambiguïté ou paradoxe, mais il n'est pas trop complexe pour qu'on puisse en faire l'expérience et en jouir. Il serait insensé d'affirmer que les écrits d'Alfred North Whitehead ont eu une influence majeure sur le développement de la théorie et de la pratique de l'Approche centrée sur la personne. Je pense que Rogers aurait été extrêmement agacé par l'abstraction et le pinaillage de *Process and Reality* (1928) s'il s'était jamais donné la peine de le lire. Cela dit, je crois que ses écrits psychologiques sont soutendus par une «philosophie de l'organisme» qui n'est pas éloignée de celle de Whitehead. A mon avis, le contexte de Chicago dans lequel il développa ses idées radicales sur ce qui fonctionne en thérapie peut très bien lui avoir servi de contexte pour former ses idées selon ces lignes.

Tout en essayant d'établir la crédibilité de sa théorie et de sa pratique au moyen d'une recherche qu'il a effectuée dans le cadre empirique conventionnel, Rogers conserva sa ligne empirique radicale et manifesta un empressement à considérer l'évidence de «l'incommensurable». Ceci lui permit de se sentir en connivence de pensée avec les partisans du «changement de paradigme» lorsqu'ils apparurent dans la deuxième partie du siècle dernier. En reconnaissant que Whitehead nous a rendu l'univers plus intelligible, Ilya Prigogine suggère que «nous sommes face à de nouveaux horizons en ce moment privilégié de l'histoire de la science» (Prigogine, 1996, p. 189). Il nous faut apprécier la chance que Carl Rogers nous ait orientés, nous et la profession, vers ces mêmes horizons.

Références

- Bateson, G. (1980). *Mind and Nature*. New York: Bantam.
- Bohm, D. (1980). *Wholeness and the Implicate Order*. London: Routledge and Kegan Paul.
- Bookchin, M. (1980). *Towards an Ecological Society*. Montreal: Black Rose Books.
- Brizee, R. (2000). Process relational psychotherapy: creatively transforming relationships. *Process Studies*, 29 (1), pp. 167.
- Burnet, J. (1930) *Early Greek Philosophy*. London: Black.
- Capra, F. (1975). *The Tao of Physics*. Boulder: Shambala.
- Capra, F. (1982). *The Turning Point: Science, Society and the Rising Culture*. London: Wildwood House.

- Gendlin, E. T. (1962). *Experiencing and the Creation of Meaning. A Philosophical and Psychological Approach to the Subjective*. New York: Free Press of Glencoe.
- Goerner, S. (1999). *After the Clockwork Universe: the Emerging Science and the Culture of Integral Society*. Edinburgh: Floris Books.
- Hiltner, S. (1949). *Pastoral Counseling*. New York: Abingdon Press.
- Jantsch, E. (1980). *The Self-Organising Universe*. Oxford: Pergamon.
- Kauffman, S. (1995). *At Home in the Universe: the Search for the Laws of Self Organization and Complexity*. Oxford: University Press.
- Laszlo, E. (1993). *The Creative Cosmos: a unified Science of Matter, Life and Mind*. Edinburgh: Floris Books.
- Laszlo, E. (1996). *Evolution: the General Theory*. Cresskill: Hampton Press.
- Laszlo, E. (2005). Planetary Consciousness: Our next Evolutionary Step. *Journal of Conscious Evolution*. Vol. 2 (<http://www.cejournal.org/gpage2.html>).
- Lovelock, J.E. (2000 [1972]). *A new Look of Life on Earth*. Oxford: university Press.
- Maturana, H. & Varela, F. (1980). *Autopoeisis and Cognition: the Realization of the Living*. London: Reidl.
- Naess, A. (1974). 'The Shallow and the Deep, Long-Range Ecology Movement: a Summary.' *Inquiry* 16: 95 — 100.
- Popper, K. (1982). *The Open Universe: An Argument for Indeterminism*. Cambridge: Routledge.
- Price, L. (1954). Ed. *Dialogues of Alfred North Whitehead*. London: Reinhardt.
- Prigogine, I. (1996). *The End of Certainty: Time, Chaos and the New Laws of Nature*. New York: The Free Press.
- Prigogine, I. & Stengers I. (1984). *Order out of Chaos: Man's new Dialogue with Nature*. New York: Bantam.
- Rogers, C.R. (1951). *Client-Centred Therapy: Its Current practice, Implications and Theory*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C.R. (1961). *On becoming a Person*. Boston: Houghton Mifflin.¹⁴
- Rogers, C.R. (1980). *A Way of Being*. Boston: Houghton Mifflin.
- Sheldrake, R. (1981). *A New Science of life: the Hypothesis of Formative Causation*. London: Blond and Briggs.
- Sheldrake, R. (1990). *The Rebirth of Nature: New Science and the Revival of Animism*. London: Rider.
- Szent-Gyorgi A. (1966). The drive in living matter to perfect itself', *Journal of individual psychology*, 22(2): 153-62.
- Whitehead, A.N. (1938). *Modes of Thought* Cambridge: University Press.
- Whitehead, A.N. (1978 [1929]). *Process and Reality: an Essay in Cosmology*. New York: Free Press.
- Whitehead, A.N. (1933). *Adventures of Ideas*. Cambridge: University Press.
- Witoszek N. & Brennan, A., eds., *Philosophical dialogues: Arne Naess and the progress of ecophilosophy*. Oxford: Rowman and Littlefield.

¹⁴Ndt: Rogers, C.R., (2005). *Le développement de la personne*. Paris: Dunod-InterEditions.



DU TOUT... AU TROU... AU TOUT ?

Steve Vincent

ACP-PR | *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*

2007/2 - n° 6
pages 27 à 31

ISSN 1774-5314

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-approche-centree-sur-la-personne-2007-2-page-27.htm>

Pour citer cet article :

Vincent Steve, « Du tout... au trou... au tout ? », *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*, 2007/2 n° 6, p. 27-31. DOI : 10.3917/acp.006.0027

Distribution électronique Cairn.info pour ACP-PR.

© ACP-PR. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Du tout... au trou... au tout ?

Steve Vincent

Traduction: Sandra Pedevilla

Steve Vincent est psychothérapeute, formateur et superviseur centré sur la personne depuis plus de vingt-cinq ans. Il vit dans le sud de l'Angleterre. Conférencier assidu, il facilite en outre de nombreux ateliers et groupes. Steve Vincent est membre du «Centre pour l'étude de la personne» (Center for Studies of the Person, La Jolla, California) et de l'«Association Britannique pour l'Approche Centrée sur la Personne» (BACPA).¹

Résumé

Ce texte est le récit d'un voyage intérieur personnel. L'auteur aborde ouvertement son parcours de vie au cours duquel il a été, à un moment donné, un *trou noir*, un *Rien*. Il décrit le processus qui a été le sien dans ce rien et soulève, à partir de cette expérience, quelques pistes de réflexion sur l'accompagnement et la relation thérapeutiques. Il conclut par un commentaire sur la tendance actualisante telle que décrite en Approche centrée sur la personne.

Mots-clés: tendance actualisante, détresse, expérience dépressive, locus of control.

¹ L'original anglais a été publié dans la Newsletter du BAPCA de juin 2000. Nos remerciements vont à Steve Vincent pour nous avoir autorisés à en publier la traduction.

Très souvent, lors d'entretiens thérapeutiques ou dans des groupes de formation, des personnes dans la détresse ou dans le désespoir parlent d'aborder un lieu profond et noir au centre d'elles-mêmes. Un puits. Un trou. Un vide. Très souvent il s'agit d'un trou noir, obscur et profond. Les personnes se sentent très seules, elles ont peur. Elles sont souvent confuses, apeurées. Sans espoir et sans ressources.

On entend souvent dire: «j'entre dans un trou noir» ou «je suis au bord du précipice». Ce processus est décrit comme un «morcellement» ou un «éclatement». C'est un saut beaucoup trop effrayant à envisager: et si je ne pouvais plus redevenir «tout»?

Du tout au trou au tout...

J'ai découvert, pour ma part, que cette formulation ne me convient pas. Je *n'entre* pas dans le trou noir. Je *suis* ce trou noir. Je ne tombe pas en morceaux, plutôt les morceaux se détachent de moi, et ce qui me reste c'est la pure réalité, c'est le vrai moi.

RIEN

Et pourtant c'est plus que Rien. Je suis plus que Rien.

Une fois, il y a bien longtemps, je suis entré dans mon trou noir. Et à l'époque, il s'agissait réellement de cette sensation-là, comme si j'entrais dans une partie de moi que je n'avais pas le souvenir d'avoir abordée auparavant, ou une partie de moi-même dont je ne m'étais pas donné la permission d'avoir conscience — du moins pleinement. On peut dire que je l'avais évitée, niée. Je suis resté dans mon lieu profond et noir pendant environ quatre jours. Cela m'a semblé une éternité! Ce processus m'a permis de commencer à m'approprier et à devenir mon trou noir.

Comment puis-je décrire ce lieu? *Il n'y avait pas de lumière*. Il n'y avait pas de chaleur. Il n'y avait pas de froid non plus. Il n'y avait pas de sons, d'odeurs, de sentiments, de pensées, de présence physique. Il n'y avait pas d'espoir. Il n'y avait rien. Il n'y avait même pas de contenant pour ce vide. C'était vraiment un lieu de solitude. Noir. Sans espoir. Seul.

Et pourtant...

Pourtant, après quatre jours d'éternité environ, j'ai eu une sensation curieuse de mouvement, d'une sorte de courant. *Qu'est-ce que cela pouvait bien être ?*

Je suis resté un certain temps avec ma sensation curieuse de courant, de cette sorte de flottement aussi. C'était comme si ce courant n'avait pas de direction — pourtant il s'agissait quand même bien d'un courant.

Cela me semblait important. D'une certaine manière je voulais nommer ce courant, j'en avais besoin. A l'époque, le mot le plus proche que j'ai pu trouver c'était CURIOSITÉ...

Oui, cela faisait sens. Car le jour où je perdrai ma curiosité, autant mourir. Après tout, n'est-ce pas la curiosité qui nous a amenés là où nous en sommes aujourd'hui?

Quelque vingt-cinq ans plus tard, je lie cette sensation de courant à ma «tendance actualisante» — une impulsion innée vers le mouvement de croissance.

Après m'être senti *en morceaux* ou *éclaté*, est venu un temps où je «me ressaisis» ou «me compose» — pour préparer ma rentrée dans le monde, je suppose...

...Quelle merveilleuse et joyeuse vision fugitive de libération et de liberté:

JE PEUX ME COMPOSER

Voilà pourquoi je ne crois pas être morcelé, ni que j'entre dans quelque chose...

Non — quand je contacte le trou noir, loin au profond de moi-même, je décompose mes divers self².

Bing! V'là une construction personnelle qui lache... Bang! Une valorisation personnelle qui lâche! Vlan! Et une valeur introjectée qui lache... Et v'là encore une défense, une barrière qui cède... Merde, où est donc passé mon p... de concept de soi?

JE ME RETROUVE SEUL AVEC MOI-MÊME

Cet état me semble proche de la «nausée» de Sartre. La conscience inévitable, existentielle, qu'il n'y a *rien*.

Pourtant...

Maintenant, j'aimerais parler des lampes.

La symbolique de la lumière semble être également inévitable, elle semble apparaître en même temps que le noir (l'absence de lumière). J'entends tellement souvent dire: «j'ai besoin d'une lampe pour me montrer le chemin»; et on exprime si souvent le besoin que le thérapeute ou le facilitateur soit cette lampe. «J'ai désespérément besoin que quelqu'un me montre la sortie ou me guide hors de cet endroit profond, noir et effrayant.»

Ici, je repars. Je repars avec une grande joie émerveillée. Je repars avec une immense force. De vastes ressources. Si je peux être assez libre et libéré

² Ndt.: Le terme soi pris comme substantif étant peu usité en français nous avons choisi de conserver la forme anglaise «self».

pour me composer — alors, je n'ai plus besoin de personne qui soit ma lampe rayonnante — je peux *être* ma propre lampe rayonnante! Si tu veux venir chez moi et rayonner avec moi, alors c'est chouette! Je peux aller chez toi aussi. Je sais que je peux respirer dans ton vide et que je ne serai pas perdu dans ton lieu. Je peux être une lampe quand je le veux.

Quand deux trous noirs se rentrent dedans

Alors: *Être l'obscurité est en soi éclairant.*

J'entends si souvent des personnes se plaindre et regretter ce qui semble être un fait, à savoir que nous ne pouvons pas nous rencontrer à des niveaux profonds ou bien que, lorsque nous y arrivons, cela ne dure pas. Je pose donc la question suivante:

Si je n'ai pas la capacité, ou la volonté, d'entrer, ou de devenir, mon propre trou noir— avec une sensation de sécurité et de confort- alors, comment diablepourrais-je entrer dans le tien ?

Alors voici l'hypothèse que je propose:

Nous avons tous au centre de nous-mêmes un lieu profond et ténébreux, un lieu où je me dépouille de tous mes «self» jusqu'à ce que je reste seul avec moi.

Si *mon* lieu est profond, terrifiant, noir, isolé, sans espoir, plein de désespoir, effroyable, désespérément seul...

Si j'ai la sensation d'entrer en contact avec *ton* trou noir, avec *ton* lieu interne qui est profond, terrifiant, noir, isolé, sans espoir, plein de désespoir, effroyable, désespérément seul...

Ton trou noir déclenchera le trou noir à l'intérieur de *moi*. Si j'ai peur d'y entrer ou de devenir mon propre lieu interne, il se peut que je nie son existence. Alors je ne serai pas complètement moi quand j'essaierai de te rencontrer. Nous manquerons de profondeur. Je serai un étranger et tu te sentiras toujours aussi seul. Moi aussi.

Si je me perds dans mon propre trou noir et si mon trou noir entre en collision avec le tien... nous deviendrons un seul trou noir. Un mélange profond, terrifiant, noir, isolé, plein de désespoir, effroyable, désespérément seul...

Si je suis ta lumière rayonnante, ta lampe, si je te montre le chemin ou si je te guide, alors tu n'utilises pas tes vastes ressources intérieures... D'une certaine manière, je deviens complice de ce qui t'empêche d'être libre de te composer.

Maintenant je redéfinit mon lieu interne, mon trou noir: il s'agit d'un lieu où l'obscurité et la lumière peuvent se rencontrer et devenir indissociables.

Je peux générer les ténèbres et la lumière. Je *suis* mes ténèbres. Je *suis* ma lumière. Il s'agit d'un lieu où la douleur et la joie se rencontrent et deviennent indissociables. Il s'agit d'un lieu où la douleur et la joie se rencontrent et deviennent un.

C'est mon désespoir même, l'absence totale d'espoir, qui génère un espoir énorme: étant Rien, je peux tout devenir.

Liberté et espoir: donner et recevoir

Je voudrais explorer une autre dimension de la théorie centrée sur le client — une dimension souvent, à mon sens, quelque peu négligée. Cette dimension est à la fois radicale et très excitante.

D'après la pensée centrée sur la personne, basée sur les travaux de Carl Rogers et de ses collègues, mon concept de soi est formé en fonction de mes besoins de regard positif inconditionnel et d'auto considération positive. Il arrive trop souvent que ce concept de soi bloque ma tendance actualisante et que je devienne auto actualisant.

Et il arrive trop souvent, semble-t-il, que l'Approche centrée sur la personne soit «accusée» d'être auto centrée: il s'agit de *moi, moi, moi*.

Fichtrement égoïste.

Et pourtant la tendance actualisante, l'essence de l'être, se veut positive, allant de l'avant, constructive, coopérative, sociable, responsable et digne de confiance.

Digne de confiance.

J'ai décrit comment mon lieu interne est un lieu où les ténèbres et la lumière, où la douleur et la joie, où l'angoisse et l'espoir deviennent indissociables.

Il s'agit également d'un lieu où mes besoins d'être aimé et mes besoins d'aimer se rencontrent et deviennent un.

Il s'agit d'un lieu où la passion et la compassion deviennent un, un lieu où j'ai besoin d'aimer et être aimé. Un lieu où j'ai besoin de prendre soin et où j'ai envie qu'on prenne soin de moi. Un lieu où l'expérience de l'amour est un processus réciproque, multidirectionnel, un courant libre.

Il s'agit de mon lieu.

Il pourrait être ton lieu aussi, je le crois et je l'espère.

Amicalement

Steve

Pour contacter l'auteur: cctpcas@cs.com



CE QUI EST PRIMORDIAL, C'EST LA PRÉSENCE HUMAINE

Eugène T. Gendlin

ACP-PR | *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*

2007/2 - n° 6
pages 32 à 33

ISSN 1774-5314

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-approche-centree-sur-la-personne-2007-2-page-32.htm>

Pour citer cet article :

Gendlin Eugène T., « Ce qui est primordial, c'est la présence humaine »,
Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche, 2007/2 n° 6, p. 32-33. DOI : 10.3917/acp.006.0032

Distribution électronique Cairn.info pour ACP-PR.

© ACP-PR. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Ce qui est primordial, c'est la présence humaine

Eugène T. Gendlin

Traduction: N. Rudigoz

Eugène T. Gendlin est un philosophe et psychologue américain. Il a obtenu son doctorat de philosophie à l'université de Chicago, où il a ensuite enseigné de 1963 à 1995. Il a été primé à trois reprises par *Y American Psychological Association* pour son élaboration de la psychothérapie existentielle. Son œuvre philosophique porte particulièrement sur la relation qui existe entre la logique et la complexité implicite. C'est un auteur prolifique, dont le livre le plus connu, *Focusing*, s'est vendu à un demi-million d'exemplaires en anglais et a été traduit en dix-sept langues. Pour plus d'informations, voir le site www.focusing.org.

Tiré de: Gendlin, E.T., The small steps of the therapy process: how they come and how to help them come, in G. Lietar, J. Rombauts et R. Van Balen, (1990), *Client-centered and Experiential Psychotherapy in the Nineties*, Leuven University Press, pp. 205-224. Cet extrait est le début de l'article, soit les pages 205 et 206.

L'essence du travail d'écoute avec une autre personne consiste à être une personne vivante et présente. Et heureusement, parce que si nous devons absolument nous montrer intelligents, ou bons, ou mûrs, ou encore pleins de sagesse, nous aurions probablement quelque difficulté. Mais tout cela n'est pas ce qui importe. Ce qui importe, c'est d'être un être humain avec un autre être humain, de reconnaître en l'autre un être différent et présent...

Ainsi, lorsque je suis assis face à quelqu'un, je prends tous mes soucis et mes sentiments personnels et je les pose là, à côté de moi, pas loin, parce que je peux en avoir besoin. Il se peut que j'aie besoin d'aller y voir. Puis je prends tout ce que j'ai appris... et je mets tout cela de côté, de l'autre côté, près de moi. Alors je suis simplement présent, avec mon regard, et là il y a l'autre personne. Si celle-ci me regarde dans les yeux, elle verra peut-être mon manque d'assurance. Je devrai supporter cela. Ou elle ne regardera peut-être pas. Mais si elle regarde, elle verra cela. Elle verra en moi une existence un peu timide, un peu repliée sur soi et inquiète, mais j'ai appris que cela n'était pas un problème. Il n'est pas nécessaire que je me sente en sécurité sur le plan affectif, ni que je sois solidement présent; il est seulement nécessaire que je sois présent. Je n'ai pas à avoir tel ou tel type de personnalité. Ce qui est nécessaire pour aider une personne c'est une personne qui soit présente. Ainsi, j'ai fini peu à peu par me convaincre que même moi, je suis capable d'être cela.

Il y a vraiment beaucoup de choses différentes que je peux aller chercher en moi. Lorsque ce qui se passe est obscur et que je ne suis plus certain d'être en contact avec la personne, ce n'est pas le moment d'aller chercher en moi certaines choses, je dois plutôt refléter le sens de ce qu'elle exprime et la suivre au plus près afin de rétablir le contact. Je me centre de nouveau sur la personne (et non sur mes propres sentiments), j'essaie de ressentir la personne et ce qui se passe. Parce qu'il s'agit d'un autre être humain, différent de moi. Cela — à mon avis — c'est notre toute première tâche.



LA CHAÎNE ET LA TRAME DE LA THÉRAPIE

Les relations à l'intérieur du soi ? Le soi à l'intérieur de la relation

Godfrey T. Barrett-Lennard

ACP-PR | *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*

2007/2 - n° 6
pages 34 à 58

ISSN 1774-5314

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-approche-centree-sur-la-personne-2007-2-page-34.htm>

Pour citer cet article :

Barrett-Lennard Godfrey T., « La chaîne et la trame de la thérapie » Les relations à l'intérieur du soi ? Le soi à l'intérieur de la relation,

Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche, 2007/2 n° 6, p. 34-58. DOI : 10.3917/acp.006.0034

Distribution électronique Cairn.info pour ACP-PR.

© ACP-PR. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

La chaîne et la trame de la thérapie

Les relations à l'intérieur du soi¹ - Le soi à l'intérieur de la relation

Godfrey T. Barrett-Lennard

Traduction: Françoise Ducroux-Biass

Godfrey T. Barrett-Lennard, psychologue australien, fut étudiant et collègue de Carl Rogers. Sa carrière universitaire l'entraîna au sud des États-Unis, avant un bref retour en Australie. L'Amérique du Nord et le Canada l'attirèrent de nouveau pendant de nombreuses années. Finalement il revint à Perth, où il vit actuellement. Depuis le milieu des années 1980, il est professeur de psychologie invité à l'université de Murdoch, en Australie occidentale, et psychologue clinicien en libéral.

Godfrey T. Barrett-Lennard, mieux connu dans les milieux rogeriens sous le nom de Goff, est l'auteur de *Carl Rogers'Helping Systems*², résumé approfondi de la thérapie centrée sur le client et de ses applications.

L'article ci-dessous est le résumé d'une conférence qu'il donna en avril 2000 à Melbourne, puis en Grande-Bretagne et à Chicago en juin de la même année.

Résumé

Avons-nous une personnalité unique ou multiple? C'est autour de ce questionnement que l'auteur construit sa réflexion. Il aborde dans un premier temps la richesse de nos expériences de vie, dès l'enfance, montrant comment elles conduisent à un soi multiple et complexe. Il poursuit en présentant le point de vue de différents praticiens en Approche centrée sur la personne sur cette question et en explore l'importance dans le cadre d'une thérapie où le thérapeute, par son écoute des soi multiples de la personne, facilite sa découverte et son appropriation d'elle-même et de son entièreté au sein de ses multiples facettes. Godfrey Barrett-Lennard souligne ensuite les aspects interactifs de la vie et de la nature humaines, développant l'idée que la plus grande partie de l'activité humaine trouve son sens dans le contexte de la relation. Le soi n'est pas souverain et indépendant, mais se développe dans l'interaction constante. En fin d'article, il présente un inventaire du concept du soi, formé de cinquante items auto descriptifs.

Mots-clés: soi (le), diversité du soi, configurations du soi, thérapie, changement, relation.

¹ Ndt: en français «soi» est un mot invariable et unitaire et jamais sujet. En cela, il diffère de l'anglais «self» utilisé par l'auteur, qui n'est ni unitaire ni invariable et peut être sujet, ce qui en rend la traduction parfois difficile. Pour cette raison nous avons coutume de laisser dans nos traductions françaises le terme «self» tout en expliquant dans une note le sens qu'il revêt dans la tradition rogérienne. Toutefois, étant donné la spécificité du sujet qui nous occupe, nous avons choisi de conserver ici le mot «soi» malgré des constructions parfois inhabituelles ou peu harmonieuses.

Pour la compréhension du texte, nous aimerions citer George Mead, professeur de psychologie sociale à l'université de Chicago jusqu'en 1931, lorsqu'il dit: «Le soi se constitue progressivement. Il n'est pas donné à la naissance, mais il émerge dans le processus de l'expérience sociale et de l'activité sociale. Il se développe chez un individu donné comme résultat de ses relations avec ce processus et avec les individus qui y sont engagés. [...] Le «je» réagit au soi, qui se forme en adoptant les attitudes d'autrui. En adoptant ces attitudes, j'ai introduit le «moi» et j'y réagis en tant que «je»». (Mead, G.H., *L'esprit, le soi et la société*. Paris, PUF, 2006, p. 207 & p. 239). Barrett-Lennard nous entraîne dans le dédale de ces relations. Pour le suivre nous avons bousculé un tant soit peu les notions grammaticales françaises énoncées plus haut. Dans ce texte le terme «moi» est la traduction de l'original anglais «me».

² Ndt: G. T Barrett-Lennard, 1998, *Carl Rogers' Helping Systems*, London, Sage. En français: «Les systèmes d'aide de Carl Rogers», non publié.

Plus brièvement que ma prose ne pourrait le faire, un de mes poèmes évoque en partie le sens profond de cet article. Mais avant de parler du poème je désire poser quelques questions. Les soi personnels tendent-ils à être singuliers, unitaires et cohérents ou bien sont-ils particulièrement complexes, variés à l'intérieur; ont-ils divers visages et configurations? L'ensemble de nos attitudes et de nos comportements immédiats demeurent-ils les mêmes quelles que soient les différentes situations ou relations que nous rencontrons ou bien changent-ils de mode, faisant appel à un soi différent? Et dans nos moments de rêverie lorsque nous nous arrêtons sur la voie de nos souvenirs, n'avons-nous pas une certaine empathie pour la personne que nous y voyons, si familière et pourtant comme un autre soi, un soi auquel nous aurions aimé pouvoir apporter le soutien de la sagesse que nous avons acquise plus tard?

Pour en revenir à mon poème, la liberté est l'une des bonnes choses que nous apporte la poésie. Le poète et celui qui l'écoute s'attendent tous les deux à ce qu'elle soit évocatrice, qu'elle parle de l'expérience et du sens plutôt que de relater un argument raisonné. Il y a quelque quinze ans et avant que cela ne paraisse dans mes écrits professionnels, j'ai couché sur le papier quelques vers intitulés «Une personne». Je dis couché parce que le sens même du poème semblait attendre que je lui trouve des mots. Voici comment il se présentait:

Une personne (G.T. Barrett-Lennard, 1985)

Un seul *et* beaucoup en un.

Une communauté de Je (s) dans un Moi fait *un*

Par la pensée, l'habitude, un corps familier, la loi

Et la conscience de l'Autre; de toi distinct

Et distinct de moi, chacun de nous une multiplicité singulière.

CeJe, la personne que j'appelle moi, moi-même,

Mon nom — qui écrit maintenant — cet hôte de moi

N'a-t-il pas plusieurs langues, plusieurs voix qui, à tort et à travers

Sans s'écouter, se disputent des désirs opposés?

N'ai-je pas, n'avez-vous pas une galerie de miroirs où se reflètent
des soi habités

Des souvenirs qui sourdent, une présence encore vivante,

Variée et qui se répète? Ne somme-nous pas

Aussi nombreux que les saisons et les circonstances de nos vies,

Une abondance qui répond à un nom,
Multiple, non dénombrée mais comptant comme *un* ?

N'est-il pas surprenant que nous néglignons, rejetions des membres
de cette compagnie,
Que nous soyons aveugles à une faim, renions quelque voix intérieure
ou un prétendu soi;
A moins de prendre le risque de travailler, peut-être avec l'aide de
quelqu'un
A devenir un *un*
Qui ne soit pas que quelque partie de nous, mais le *tout* de nous,
En toute amitié.

Comme l'implique la fin du poème, même chez la personne guérie ou chez celle qui fonctionne bien, des systèmes de soi qui diffèrent ne disparaissent pas nécessairement. Ils peuvent changer mais, en général, ce n'est pas radical. Leurs relations changent. C'est là l'important. Désormais amis à l'intérieur de la personne, ils peuvent travailler ensemble dans une raisonnable harmonie. Autrement dit, la conscience de la personne intègre davantage qu'auparavant les nombreuses facettes avec leur être total. Je suis enclin à penser que les personnes qui fonctionnent bien *sont plus diverses* que celles chez lesquelles les modèles du soi alternent et se répètent de manière tranchée. Mais je vais trop vite. Il faut que j'élargisse les bases sur lesquelles reposent ces réflexions ainsi que d'autres idées qui leur sont associées.

Les systèmes de psychothérapie intensive ont presque tous pour cible le soi interne et son fonctionnement comme principal domaine d'exploration et de changement potentiel. Du fait que le soi conscient ou reconnu, ou encore l'ego, soit si souvent en désaccord avec des désirs, des attitudes ou des besoins plus obscurs ou moins visibles, les explications relatives aux difficultés psychologiques tournent largement autour du modèle conflictuel. Parfois ces éléments niés semblent être presque comme une autre personnalité ou une « ombre » à l'intérieur de la personne. Cette sorte de modèle a été particulièrement vrai dans l'Approche centrée sur la personne rogérianne, surtout dans ses expressions traditionnelles. Il semble correspondre à l'expérience faite par beaucoup de clients en thérapie et rejoindre celle d'un grand nombre d'entre nous lorsque nous nous débattons au milieu de nos désirs et choix contradictoires ou lorsque nous rencontrons des situations qui évoquent les questionnements que nous avons sur nous-mêmes, sur qui nous sommes ou sur ce que nous voulons vraiment. Même si elle ne la recouvre pas entièrement, l'exploration de soi autour d'un conflit

interne demeure, à mes yeux, l'une des questions vitales de la thérapie. Dans ma recherche de compréhension, je me suis à nouveau penché sur les notions du soi et de la relation, et de l'interconnexion entre les deux. Ce que je vais présenter va au-delà de ce que j'ai pu dire précédemment.

Si l'on regarde ouvertement la nature du soi il peut être intéressant de se demander: «D'où vient notre idée du soi?» et, ainsi que mon poème l'insinue «Avons-nous un soi unitaire ou bien tout un ensemble de soi manifestes, des subsoi?» Est-ce que le soi d'une personne ou encore mieux, est-ce que notre conscience individuelle est vraiment libre et séparée de celle des autres personnes de notre monde ? Ou bien est-ce que les soi humains se rejoignent, se mêlent et se recourent d'une façon significative ? La manière dont nous répondrons à ces questions aura son importance dans notre façon de considérer les problèmes «psychologiques» et influencera la perspective et la finalité de notre travail avec les aidants.

Il est généralement admis que l'idée ou le concept de soi des enfants se forme principalement à partir de leurs relations avec les personnes importantes de leur vie. Ces relations peuvent se faire d'une manière saine qui affirme l'enfant dans ses résultats ou au contraire d'une manière qui sème les graines d'une division intérieure, d'une faible estime de soi ou d'un sérieux dysfonctionnement. Dans l'optique de l'Approche centrée sur la personne, les parents et les personnes qui s'occupent de l'enfant de manière saine le font sans jugement, d'une façon qui le soutient dans son *experiencing*³. Ni les louanges excessives, ni les remontrances personnelles dures n'ont vraiment leur place dans une réponse qui apprécie la personne de l'enfant et la valorise dans son monde personnel d'*experiencing* et d'expression. Malheureusement une telle réponse n'est pas la norme et l'impact d'attitudes conditionnelles dans les relations essentielles de l'enfance peut avoir des conséquences au-delà de celles qui ont été repérées jusqu'ici. Le domaine sur lequel j'aimerais me pencher est celui du développement de la diversité du soi.

Les origines de la diversité du soi

Le fond complexe de notre nature contribue à la diversité du soi. Nous pouvons dire que nous n'avons pas qu'une seule «nature». Nous avons une

³ Ndt: Le terme «*experiencing*» n'a pas de correspondant sémantique en français. En conséquence nous avons conservé le terme anglais qui signifie dans sa forme verbale «être en train de faire intérieurement une expérience» et dans sa forme substantive «l'expérience qui est en train d'être faite.»

nature *biologique* qui a beaucoup en partage avec la nature biologique des autres espèces. Nous avons une nature *psychologique* équipée d'un énorme potentiel d'apprentissage, d'une capacité de langage élaboré, d'une vie symbolique riche et, de surcroît, d'une conscience hautement différenciée et dotée du pouvoir de penser. Finalement nous avons une nature *sociale* dans laquelle nous vivons de manière interdépendante, à travers des relations avec nos semblables. Je considère la dimension vitale de l'expérience émotionnelle comme conjointement enracinée dans ces natures qui, je le présume, sous-tendent et favorisent l'expérience dans d'autres sphères de la vie, y compris la sphère spirituelle. Il est évident que les fonctionnements de ces trois natures résident dans le même organisme et sont étroitement interconnectés. Pour simplifier, je les appellerai Nature 1, 2, 3 dans l'ordre susmentionné⁴.

Il ne faut pas longtemps avant que l'énorme capacité d'apprendre qui caractérise Nature 2 se retrouve dans la manière dont le jeune enfant s'exprime sur ses besoins et ses désirs et qu'il agisse en conséquence. Les enfants en âge préscolaire incorporent déjà dans leurs jeux les notions de leurs rencontres quotidiennes concernant leur propre identité. Nature 3 porte en elle le potentiel des voix importantes du monde des enfants, en particulier celles qui leur transmettent l'approbation réjouie de certains de leurs comportements ou qualités ou encore l'aversion pour d'autres, contribuant ainsi à la formation de leurs attitudes vis-à-vis d'eux-mêmes. Quand une telle voix est fortement en désaccord avec le sentiment primaire de plaisir ou de satisfaction que l'enfant retire de certains actes significatifs, ce que Rogers appelle la tendance à l'évaluation organismique de l'enfant peut en être bouleversée (Rogers, 1959, pp. 210, 222, 226-230, et 1964). Personnellement, je dirais qu'il y a des ensembles de signaux contraires dans l'expérience de l'enfant qui se connectent graduellement à la vision qu'ils ont d'eux-mêmes.

S'il s'agit de voix puissantes, celles des parents ou des principales personnes qui s'en occupent par exemple, dont les *attitudes sont très différentes*

⁴ Dans un article précédent, je m'étais déjà penché sur le sens du soi, suggérant une division de premier ordre en deux soi distincts, proches des Natures 1 et 2. L'un des deux correspond au «soi articulé, réflexif, actif, un soi avec des valeurs, un soi qui parle pour lui-même et pour l'ensemble *corps-esprit*, un soi qui se réfère à lui-même en tant que 'Je' et se voit comme l'agent responsable et le centre vital de l'être en tant que personne.» Ce soi est jumelé et en lien étroit avec le «soi organique» qui n'est pas une simple machine mais un système vivant, sensible, constitué d'éléments entrelacés et de sous-systèmes tissés dynamiquement dans une union d'une complexité si exquise qu'elle soutient et permet la croissance du soi conscient, qui se connaît, symbolise, est articulé. (Barrett-Lennard, 1997, p. 107.)

les uns des autres, la personne de l'enfant doit apprendre à composer avec au moins deux modèles différents d'acceptabilité ou de manières d'être qui lui assurent la prise en considération par les adultes dont il dépend. Bien sûr, pour Rogers, chacun de nous a besoin d'un regard sur soi positif, et la satisfaction de ce besoin peut reposer sur les normes du soi que nous avons intériorisées, remodelées en quelque sorte pour les faire nôtres (Rogers, 1959, pp. 223-224). Il n'a pas suggéré que nous puissions intérioriser plus d'une sorte ou d'un ensemble de normes de soi, mais à mon avis c'est une extension logique de la même manière de penser.

Avant de continuer sur cette ligne de pensée, je vais une fois encore revenir sur les principes de base. Tout système dynamique de grande complexité est capable de mettre en évidence une variété considérable de patterns, et même parfois de passer de ce qui semble être un état à un autre. Un tel système contient invariablement des sous-systèmes distincts qui ont des fonctions différentes dans la complexité du système tout entier. L'organisme humain (l'ensemble corps-esprit) est à l'évidence formé de tout un système extrêmement complexe composé d'un vaste ensemble de sous-systèmes spécialisés et de sous-systèmes de constituants. Ses principales caractéristiques biologiques sont parmi les plus faciles à repérer: notre cerveau et le système nerveux (avec ses subdivisions nombreuses et variées), le système de la structure de notre squelette et celui de nos muscles, le système circulatoire très compliqué, les systèmes digestif et endocrinien, nos poumons et le système respiratoire et de nombreux autres encore, sans oublier le système des codes génétiques. Chacune de ces structures et chacun de ces systèmes constituants sont en soi très complexes et tout à fait distincts, mais très interdépendants du fonctionnement des autres systèmes constituants. Il me semble tenir du miracle que cette énorme diversité de structures et de processus puisse fonctionner d'une manière synchronisée comme un tout — l'ensemble de l'organisme humain.

La conscience, en tant que propriété émergente de cet incroyable tout biologique, n'est pas un simple spectateur d'événements internes et externes. Il s'agit d'un autre processus de niveau semi-autonome, complètement différent de ses partenaires physiologiques et qui possède de nombreuses propriétés élaborées qui lui sont propres⁵. Une prise de conscience de soi complexe en est l'un des traits marquants. Cette prise de conscience

⁵ Ces propriétés découlent d'une part de la connexion sensible et compliquée de la conscience à presque tout ce qui se passe dans notre corps, et d'autre part de nos capacités à traiter l'information à plusieurs niveaux, sans oublier le rôle que jouent nos prises de conscience dans le choix de nos voies de développement et de pilotage de l'ensemble corps-esprit.

est à la charnière de feed-back internes et externes extrêmement variés transmis par de nombreux canaux. Les autres personnes, dans toute leur diversité, constituent une source et une sphère essentielles des réponses informatives. Étant donné la multiplicité de toutes les sortes et sources de feedback, est-il plausible de s'attendre à ce que l'idée de soi que se construit une personne soit excessivement cohérente, unitaire et consistante avec elle-même ? Ou est-ce que la perception et la qualité du soi sont susceptibles de refléter le large éventail et la diversité des feed-back que nous recevons et traitons, de s'en trouver influencées dans leur structure et leur fonctionnement et posséder ainsi des qualités de complexité, diversité et même de multiplicité⁶ ? A mon avis, la seconde réponse est la bonne.

J'ai commencé à souligner plus haut l'impact de la *diversité* de la réponse conditionnelle provenant de personnes très importantes. La plupart des réponses interpersonnelles sont plus ou moins conditionnelles en cela qu'elles reflètent la façon dont la personne à laquelle il est répondu touche l'autre. La manière dont les comportements d'une personne sont reçus par une autre personne dépend de toute évidence des caractéristiques de cette autre personne. C'est ainsi que la première personne reçoit divers messages en réaction aux «mêmes» comportements et aspects implicites de soi. Il semble évident que la force et l'impact de ces messages dépendent du type et de la qualité de la relation ainsi que du niveau de fluidité auquel la personne réceptrice perçoit le sens de son identité.

Dans un contexte parent-enfant, surtout si le parent se dissimule à lui-même une partie de son expérience et qu'implicitement il considère l'enfant comme une extension de soi, la violation par l'enfant du sens d'un soi parental acceptable conduit à une réaction conditionnelle pénible et anxieuse. Lorsque le schéma se répète, dans une relation de dépendance (en particulier si elle revêt un aspect nourricier) la personne de l'enfant commence à nier intérieurement les aspects de soi qui sont offensants.¹ *'aimerais croire que ce déni est relatif et que, dans son ampleur maximale, il ne concerne que l'orbite de cette relation ou d'autres ressenties comme telles.* Il est également probable que le monde de l'enfant comprenne d'autres relations déterminantes, des relations dans lesquelles la réaction à *différents aspects de l'expérience de soi et au comportement est conditionnelle.* Dans ce monde il peut y avoir des frères et des sœurs, d'autres relations à l'intérieur de la famille, des enseignants et d'autres modèles importants en dehors de la famille. Au fur et à mesure que l'enfant

⁶ Un système peut être complexe, diversifié à l'intérieur et même multiple de différentes manières très conséquentes et avoir, en tant que tout, une forte connexion, communication, intégration et viabilité internes. L'organisme humain est de cette nature (Seeman, 1989).

grandit, les relations avec ses pairs enrichiront probablement la diversité de son soi, comme le feront tout au long de sa vie ses relations amoureuses, les relations avec ses amis et ses adversaires ou «ennemis». L'engagement dans des groupes particuliers, des organisations ou des communautés peut à la fois refléter et influencer le sens qu'une personne a de soi.

Ainsi il est peu probable que le soi, qu'il soit sain ou malsain, ne corresponde qu'à un pattern-type unique et constant⁷. La diversité du soi aurait sa source à la fois dans la complexité inhérente à notre nature et dans les effets (de modestes à très importants) des différents patterns de réponse conditionnelle provenant de diverses autres personnes importantes. Les personnes qui *sont* stressées par un conflit interne ou de l'anxiété, conséquence de la différence notoire entre le soi qu'elles manifestent dans certains contextes et les prescriptions internes de leur soi, feraient bien de rechercher une aide thérapeutique. Mais les individus qui ne sont pas concernés par ce conflit ont, de par leur nature versatile et la diversité de leur expérience, la possibilité de développer des répertoires de soi variés. Généralement à l'aise avec leur nature fondamentale les personnes de ce dernier groupe accepteront probablement plus facilement la diversité de leur soi que celles qui se sentent poussées intérieurement à conformer leur soi à l'une ou l'autre prescription.

Les expressions de la diversité du soi dans la littérature et en thérapie

Il n'est pas difficile de trouver des exemples de la diversité du soi en littérature ou en thérapie. Parmi les sources littéraires on ne peut esquiver le conte bien connu de R.L. Stevenson, «Docteur Jekyll et Mister Hyde», publié pour la première fois en 1886. Il est possible de voir quelque chose de la vie réelle dans la dissociation du personnage central extrêmement et dramatiquement provoquée par la drogue. Dire de quelqu'un que c'est un

⁷ A la lumière de ce qui précède, il pourrait être nécessaire de revoir le concept de congruence tel qu'il a été précédemment énoncé. Rogers (1959, pp. 205-207, 226, 236, 240) définit la congruence en terme de cohérence entre les trois «strates» du processus que sont l'expérience sous-jacente, la prise de conscience et la clarté de l'expression. Pour lui, l'incongruence était avant tout caractérisée par une différence suspectée entre l'expérience et la prise de conscience. Toute différence, même non évidente, entre l'expérience et la prise de conscience était la caractéristique déterminante de l'incongruence. Or les personnes dont la configuration de soi change en passant d'un certain contexte relationnel à un autre nettement différent pourraient fonctionner de manière congruente à l'intérieur de chaque configuration. En outre, comme nous le verrons plus loin, les subsoi peuvent effectivement être ouverts au dialogue.

Hyde ou un Jekyll n'est pas nouveau et, même dans les milieux professionnels de la santé mentale, cela est encore courant. *L'écriture littéraire d'aujourd'hui*, ne semble satisfaire le lecteur que si les personnages principaux sont campés comme des êtres crédibles et humains, ses semblables. Il n'en reconnaît l'humanité que dans la manière dont la vie intérieure et les actions extérieures marquantes sont dépeintes et évoquées avec subtilité. Les caractères sont tri-dimensionnels, en un mot ils sont complexes, compliqués, et ont plusieurs facettes; souvent ils présentent des soi légèrement différents suivant les divers contextes et relations de la vie qu'ils dépeignent.

Les écrivains australiens, parmi lesquels David Malouf, en fournissent des exemples remarquables. Le merveilleux livre de Malouf, *The conversations at Curlow Creek* (1996)⁸ donne une profondeur vivante des mondes et des patterns intérieurs de deux personnages principaux et suggère la complexité de plusieurs autres. Au moment de la rencontre on se trouve dans une hutte située dans un endroit isolé du bush où un jeune officier et un prisonnier condamné à mort passent la dernière nuit du condamné. Carney, le prisonnier, n'a pas d'instruction; il est issu d'un milieu social défavorisé. Son histoire est celle d'un être résigné qui s'est battu pour sa survie. Il sait que la bataille va bientôt finir et il trouve en l'officier un auditeur attentif, plus enclin à se juger lui-même et le système auquel il appartient qu'à juger Carney *personnellement*. Ceci est précisément vrai quand Carney commence à lui parler avec une simple franchise de son soi complexe dans ses différentes manifestations. Une personne qui s'exprime à ses secrets, comme chacun d'entre nous, et Adair, l'officier, en a également. Les secrets d'Adair se dévoilent à l'intérieur de lui, puis au lecteur, au cours de longs interludes, de retours en arrière de sa mémoire et de sa réflexion sur lui-même, dans la nuit qui passe.

L'un des secrets de Carney est qu'il a tué un homme, un compagnon de son équipe de travail dans les chemins de fer. Cet homme avait deviné les points sensibles de Carney et l'attaquait continuellement en persécutant de manière calculée une troisième personne sans défense. Cette façon de faire engendra chez le prisonnier une rage folle et meurtrière. Le fond du secret qui pesait si lourdement à l'intérieur de Carney n'était pas le fait qu'il ait enlevé la vie à cet homme, mais bien qu'il ait *voulu* le faire, qu'il ait *choisi* d'aller aussi loin que de le tuer et que, même une fois sa rage retombée, il puisse avouer: «A vrai dire, je ne me suis jamais senti aussi bien dans ma vie» (p. 136). Mais ce soi second, sa conscience, qui s'exprime auprès

⁸ Ndt: En français: *Conversations dans la crique de Curlow*.

d'Adair est en agonie en pensant à cet autre soi, cet alter ego qui s'est réjoui d'avoir tué son persécuteur et même de s'être senti renforcé par cet acte. C'est sur ce soi qui lui pèse à l'instant même que Carney voudrait entendre la réaction d'Adair: «Jusqu'à présent je n'ai jamais eu la chance de pouvoir parler de cela. J'aimerais savoir ce que vous en pensez.» Adair: «De ce que vous avez fait?» Carney: «Oui, de *moi*, Monsieur.» Adair cherche une réponse et, parlant pour lui-même autant que pour l'autre: «Si j'étais Dieu», commença-t-il à dire en pensant à la nature sous-jacente que nous tordons et façonnons pour suivre un code civilisé, «si j'étais Dieu, je choiserais de vous pardonner parce que, au fond de moi-même, je ne pourrais pas faire autrement.»

Pour Adair, cette longue nuit fut l'occasion de retracer intérieurement ses souvenirs depuis son enfance, souvenirs qui le laissèrent également avec un sens de marginalité. Sa scolarité, dans une famille du voisinage, l'avait rapproché de la fille de la maison qui était de son âge. En grandissant, il avait trouvé en elle une âme sœur, un esprit libre et un complément à son soi le plus intime, une amoureuse en perspective. À l'âge adulte, comme il avait rejoint l'armée et qu'il était la plupart du temps posté à l'étranger, c'est par correspondance que leurs partages atteignirent de nouvelles profondeurs qui éveillèrent en lui un soi nouveau dont il lui avait fait part, un soi encore très peu connu de son entourage. C'est ce soi qui, de manière implicite, rejoignit Carney, le prisonnier, et l'aida à supporter la fin de sa vie avec maîtrise et dignité — une vie qui dans d'autres temps et d'autres lieux aurait peut-être pu se poursuivre avec le soutien actif de ce soi d'Adair.

Je serais tenté d'aller voir dans d'autres sources littéraires.⁹ Cependant je voudrais encore mentionner quelques illustrations de la diversité du soi rencontrées en thérapie. Il y a déjà longtemps que le cas de Mary Jane Tilden, cliente de Rogers dans les années quarante, a été publié. À un certain moment, Mary Jane parle de tiraillements qui s'opposent en elle. Rogers lui propose une réponse de clarification:

Carl Rogers.: *Vous dites que cette force en vous qui doute est définitivement plus forte que votre force constructive.*

⁹ Si vous êtes intéressés par l'œuvre de Malouf, j'ajouterais que j'ai particulièrement aimé un autre de ses livres, «*Remembering Babylon*» (Souvenirs de Babylone), qui met en relief plusieurs soi complexes vivant des patterns variés dans différents contextes et saisons de vie. Si j'avais le temps et encore un peu de place pour d'autres exemples, je relirais le monumental roman de Peter Carey *Oscar et Lucinda* (1988). Dans la littérature moderne et ancienne il y a beaucoup d'œuvres littéraires et dramatiques qui mettent en évidence les soi complexes de leurs personnages principaux. On peut ainsi remonter aussi loin qu'aux tragédies grecques telle que *l'Œdipe Roi* de Sophocle.

Mary Jane.: *Oui, c'est bien ça. (Pause). Il me semble que j'ai toujours cru l'autre [le soi qui doute] parce que je l'ai mis tellement haut. Alors il est si gros que je crois qu'il est vrai. (Très longue pause). C'est une chose à laquelle je n'ai jamais réfléchi. Il me semble que plus j'essaie de le chasser, plus il hurle... Je veux dire il me semblait tellement plus positif que les petits... j'ai juste accepté ça.*

Carl Rogers.: *C'est juste que vous sentiez que les armées du doute sont imbattables (la cliente: M-hum. Oui) et que de l'autre [côté], il y a une pauvre petite chose qui se bat.*

La cliente ressent clairement le soi en elle qui doute (même jusqu'à la faire douter de sa thérapie); elle le reconnaît pleinement. Mais ce n'est pas ce qui domine son attitude pendant ce moment de clarté et de confiance. En effet, elle dit: «C'est résumer toute l'histoire en deux mots» (pp. 179-180). Dans les séances suivantes, elle parle de ses parents, en particulier de son père et de la manière dont elle était arrivée à ne «vivre que dans l'attente de ses compliments», doutant de soi et de sa capacité à se sentir sûre d'elle-même de manière indépendante. Pourtant, il lui semble *faire* des progrès. Au cours de la dixième séance, bien qu'elle continuât à se sentir mieux, elle ajoute:

Même s'il y a toujours un petit fantôme qui marche à côté de moi.

Il semble que pour Mary Jane, le fantôme ait été ce soi diminué qui doute et qui l'incitait encore à ressentir: «je n'ai plus rien à donner». (Le «petit fantôme», cette merveilleuse métaphore, me semble correspondre à l'idée de Rogers: «ce qui est le plus personnel est [souvent] ce qu'il y a de plus général». Quel est celui d'entre nous qui n'a jamais fait l'expérience, sous une forme ou une autre, «d'un petit fantôme qui marche à ses côtés»?) La onzième séance fut la dernière avec Mary Jane. Elle explique comment elle ressent qu'elle a changé:

Eh bien, maintenant je sens que j'utilise mon instinct bien plus que je ne l'ai jamais fait auparavant. Vous souvenez-vous de ce que je disais au début, que des gens pouvaient agir en suivant leurs ressentis personnels alors que moi je devais toujours penser avant d'agir? Maintenant, je pense que je peux juste agir naturellement (pp. 198-199).

Instinct est un terme démodé mais je crois que Mary Jane veut dire que son soi qui doute, circonspect, ne la domine plus et qu'elle puise spontanément dans son soi organique profond — désormais en relation aisée avec son soi qui pense, celui qui parle au thérapeute.

Quelque quarante ans plus tard, Rogers eut un entretien de démonstration avec une femme qu'il appellera Jill. Jill explore les sentiments qui la troublent dans sa relation avec sa fille. Celle-ci tend à s'éloigner quand sa

mère essaie de la serrer dans ses bras et de la sentir contre elle. Jill pense qu'il y a quelque chose de malsain en elle, un côté «monstrueux» que sa fille ressent. En attirant sa fille elle pense aussi qu'elle répond à son propre besoin personnel de dépendance: «Quelques fois, dit-elle, lorsque [vraiment] je la câline, je *sens* que je suis [celle qui est] câlinée» (Farber, Brink & Raskin, 1996, p. 75). Plus tard dans la séance elle aborde un côté positif d'elle-même et, répondant en partie à Rogers, elle dit: «Eh bien, il y a un côté de moi qui est aimable.» Et Rogers de poursuivre: «O.K. Alors à certains égards, vous vous aimez réellement.» Jill continue: «Oui, j'aime et j'apprécie le petit enfant qui est une partie de moi (C.R.: M-hm), qui s'est bien battue pour en arriver là et à survivre. (C.R.: M-hm) [J'aime cette partie-là] énormément.» Un moment plus tard, elle ajoute: «Elle est comme ma fille» (1996, p. 81).

Ce ne sont pas seulement les relations personnelles qui influencent le soi, qu'il s'agisse d'une expérience ressentie à l'intérieur de soi ou remarquée par d'autres. Des systèmes humains plus vastes peuvent avoir un rôle significatif. Lors d'un autre entretien de démonstration de Rogers qui, comme il le reconnut lui-même, ne figure pas parmi les meilleurs, le client est un psychologue du service civil de l'apartheid en Afrique du Sud. Mark, c'est son nom, décrit ainsi son problème: «Je veux être honnête. Je veux être vrai avec moi-même. Mais je suis obligé d'avoir une façade, un rôle. Et je dois l'accepter. Je suppose qu'on ne va pas comprendre ce qui se passe à l'intérieur de moi, mais qu'on verra une façade. Les gens vont réagir vis-à-vis de moi comme si j'étais en uniforme, les gens ne verront pas vraiment qui je suis...» En d'autres termes ils ne verront pas le soi nodal sous-jacent dont Mark fait l'expérience à l'intérieur. Plus tard, Mark reconnaîtra que ce qu'il voulait dire, lui comme tant d'autres qui ont vécu grâce à un «système exécrationnel», c'est simplement: «nous ne sommes pas vraiment de mauvaises gens» (Farber, Brink, Raskin, 1996, pp. 337-338). Jugés «mauvais» ou pas, il semble évident que Mark, comme bien d'autres avec lui et pas seulement dans l'apartheid de l'Afrique du Sud, soit obligé de vivre un «soi survivant» public qui diffère profondément d'un autre soi intérieur, privé ou informel.

Je mentionnerai encore rapidement l'entretien que Rogers, alors âgé de quelque soixante-dix ans, eut avec «Sylvia». On trouve dans *The Psychotherapy of Carl Rogers*, (Farber, Brink et Raskin, 1996) deux évaluations contrastées et intéressantes de cet entretien surprenant. La cliente est une femme blanche qui se trouve personnellement et sexuellement attirée par des hommes noirs. Elle a peur qu'il y ait quelque chose de malsain en elle voire de malade; il semblerait que sa famille pense qu'elle est folle, que ses

amis ne la comprennent pas; elle se demande si un homme noir vers lequel elle se sent attirée ne pensera pas d'abord qu'elle est étrange. Il est visible que Rogers répond aux sentiments contre lesquels elle se bat. A la fin, elle dit qu'il l'avait aidée à s'écouter et en conséquence à être moins jugeante vis-à-vis d'elle-même. L'un des critiques a trouvé la séance superbe (Cain, pp. 275-283). L'autre y a vu des côtés positifs, certes, mais elle fut frappée par une limite significative: une dimension vitale de l'expérience de Sylvia et de son sens n'a pas été reconnue et encore moins abordée (O'Hara, 1996, pp. 284-299). Le thérapeute comme la cliente ont considéré que les problèmes de Sylvia étaient de nature individuelle, qu'ils concernaient ses attitudes personnelles et que Sylvia pouvait les résoudre en étant plus réceptive à sa propre expérience. Mais *pourquoi*, se demande O'Hara, Sylvia pense et ressent-elle que le fait d'être attirée par tant d'hommes noirs signifie qu'il y ait quelque chose d'individuellement malsain en elle? Vu sous cet angle, le problème réside dans le fait que dans le questionnement du sens de son conflit, elle est sur une fausse piste. Comme je le dirais maintenant, l'un des subsoi de Sylvia est celui qui émerge et vit de sa relation avec sa subculture. Ce soi a intériorisé, avec le soutien complice des soi des membres de sa famille et de ses amis, un ensemble d'attitudes et de croyances qui entrent en conflit avec le soi qui s'éveille dans sa réaction aux hommes noirs. Le potentiel libérateur du soi qui, chez Sylvia, recherche l'intimité psychosexuelle nécessaire pour continuer la découverte et la poursuite de sa direction naturelle, réside dans la découverte et le développement de son soi culturel.

David Mearns présente et commente la multitude des soi sous un angle légèrement différent. Selon ses observations, il n'est pas inhabituel qu'un client s'identifie à différentes personnalités internes ou subsoi et leur donne un nom. Les diverses *configurations du soi*, pour utiliser les termes¹⁰ de Mearns, peuvent différer les unes des autres par l'attitude, l'intention, la manière de faire et leur soumission à des règles «morales» quelque peu différentes. Ces subsoi vivent ensemble comme les membres d'une famille, différents dans la qualité de leur relation et leur effet mutuel. Mearns (1999, p. 126) cite le cas de Derek, un homme d'affaires, qui s'est identifié à de nombreux patterns de soi, tels que «moi, le malin», «moi, le dur»,

¹⁰ Pour Mearns (1999, p. 126), une configuration de soi est «faite d'un certain nombre d'éléments qui forment un pattern généralement réflexif d'une dimension de l'existence à l'intérieur du soi». Ou, dans une définition ultérieure plus formelle: «Une configuration est une construction hypothétique qui dénote un pattern de sentiments de pensées et de réponses comportementales préférées, symbolisées ou présymbolisées par la personne en tant que réflexives d'une dimension de l'existence à l'intérieur du soi» (Mearns, 2000, p. 102).

«le petit garçon perdu» et «moi qui sait ce qui est juste». Jim, un autre de ses clients parlait, lui, de «mon gardien», «mon soi salaud», et de «ma partie triste et solitaire» (Mearns, 2000, pp. 101-103). Quant à Alexandre, il faisait allusion à différentes parties de lui-même, y compris une configuration rebelle et quelque peu délinquante étiquetée «le saligaud», un «autre moi» plus respectable et un «moi tel que je me suis toujours connu», cette dernière se reformulant évidemment en «le moi tel que j'étais» et «le moi tel que je suis maintenant» (Mearns, 1999, pp. 128-129). Il est difficile de dire si le Je qui parle au thérapeute se réfère à l'un d'entre eux. Ce Je semble être un soi médiateur, un soi solutionneur-de-problème, traçant de manière réfléchie son chemin parmi les factions et s'attachant à favoriser le changement ou la croissance dans leurs relations comme dans le système du soi tout entier¹¹.

Les changements à l'intérieur du soi et entre le soi et les autres

Les problèmes qui préoccupent les clients et les circonstances qui les amènent en thérapie varient. Toutefois, un questionnement intérieur et une difficulté de communication avec soi en sont l'une des caractéristiques presque constante. Mais comme je peux le dire maintenant, un axe-clé et un potentiel de thérapie vont s'ouvrir et libérer le dialogue à l'intérieur du soi multiple. Ce multisoï possède des voix variées, qu'elles soient explicitement nommées ou non. Dans un partage exploratoire avec un thérapeute qui écoute profondément, qui facilite la communication intérieure et en est le médiateur — de la même manière, en quelque sorte, qu'il aiderait les membres d'une famille à s'écouter les uns les autres¹² — les voix se connectent, interagissent plus librement et collaborent davantage à l'intérieur du soi total. Ainsi que je l'ai suggéré, il est possible de considérer que le client possède un système de soi médiateur qui fasse attention à la personne et l'incite en quelque sorte à chercher aide ou assistance; ce système permet l'expression du questionnement intérieur et d'une certaine manière le préside. Ce soi médiateur est grandement soutenu par la façon dont un thérapeute efficace écoute de manière empathique, aide l'expression de chacune des voix et assiste l'échange de clarification intérieure.

¹¹ Dans le livre dont il est coauteur avec Thorne, Mearns a depuis lors proposé des extensions de la théorie centrée sur la personne se rapportant au soi et à la motivation (cf. Mearns, 2000, pp. 173-186).

¹² Je suis redevable à David Mearns (1999) de cette analogie efficace avec un processus familial.

Quel est le «soi» qui peut changer? Il existe diverses possibilités. Certaines voix à l'intérieur du soi pourraient perdre de leur stridence et diminuer en influence si, au cours du dialogue intérieur du client, elles sont simultanément et complètement entendues par un thérapeute empathique. On en trouve un exemple dans la diminution du «soi qui doute» chez Mary Jane Tilden. Il se peut que d'autres voix croissent en force et en influence effective dans l'économie de la vie de la personne ou bien qu'un système de soi et de voix particulier, qui se serait peu exprimé, puisse s'élargir jusqu'à transformer des voix jusqu'ici différentes et séparées. Par exemple dans l'histoire de Malouf, on pourrait imaginer qu'une fois libéré, le soi d'Adair, expressif et imaginatif qui ne s'était librement exprimé qu'à son âme sœur, en arrive à pénétrer et éclairer le soi (ou les soi) bien plus effacé et réservé qui, de toute évidence, contrôle d'autres relations de sa vie. Je pense également à cette cliente d'un groupe de thérapie dont il est question dans le classique rapport de Hobbs (1951, pp. 290-291). Cette femme réalisa que même dans le soi qu'elle avait vécu au sein de sa famille elle n'avait pas fait l'expérience de la chaleur, de l'acceptation, de la sécurité et de la compréhension qui sont devenues pour elle une réalité à la suite de sa thérapie de groupe. L'intention de rechercher et d'essayer de produire une nouvelle qualité de relation dans sa vie est devenue une valeur essentielle qui anime son soi.

Les personnes qui vivent assez distinctement des soi différents dans des contextes de vie différents peuvent avoir conscience qu'il en est ainsi. A travers cette prise de conscience, les différents patterns de soi sont effectivement en communication, ils ne sont pas fermés les uns aux autres. Les personnes qui *ne semblent pas prendre conscience* de combien elles changent quand différents subsoi entrent en jeu souffrent d'une communication interne appauvrie, qui les condamne à davantage de patterns répétitifs. Dans ce dernier cas, les subsoi vivent comme s'ils se trouvaient dans des chambres séparées à l'intérieur de la personnalité totale. Lorsqu'un mouvement intervient qui fait passer de cet état d'enfermement à un dialogue intérieurement plus ouvert, ce n'est pas seulement un sous-système qui change mais il y a un mouvement intégratif dans le fonctionnement de la combinaison du système du soi. La personne devient plus «entière», une entièresité dans laquelle la diversité du soi reflète le souffle d'être de la personne et travaille comme une ressource positive et versatile.

La thérapie est un contexte qui conduit à un tel changement lorsque les relations internes sont en mouvement et en révision grâce au processus de la relation externe thérapeute-client. Mais cette relation a également son importance au-delà du dialogue et du changement interne. D'abord, il s'agit

d'une véritable relation même si l'aide en est l'objectif. Le client met en pratique des modes de communication personnelle, significative et ouverte, et développe ou affine considérablement ses «compétences à s'engager sur le plan relationnel». Quelle qu'en soit l'importance, il ne s'agit pas d'un simple dialogue avec le soi. Il s'agit également d'une nouvelle expérience en communication et relation interpersonnelles. De surcroît, la plupart du temps (à moins qu'il n'en soit découragé) le client explorera probablement le processus et le sens de son expérience dans ses relations extérieures — utilisant parfois la relation thérapeutique comme source explicite de référence.

A mesure que le client devient de plus en plus à l'aise avec lui-même et avec le dialogue de ses voix et subsoi intérieurs et variés, il a tendance à s'engager avec moins d'anxiété dans des relations avec les autres, à être plus pleinement présent à l'autre et à faire davantage attention à lui. Il se peut néanmoins que cette connexion virtuellement plus ouverte et gratifiante ne se réalise pas pleinement ou qu'elle ne concerne pas toutes les relations dans lesquelles le client s'est engagé. Comme nous l'avons vu, même dans le cas du travail de Rogers avec Sylvia, les thérapies individuelles, de nos jours, essaient d'être sélectives afin de faciliter au mieux l'exploration et la prise de conscience relationnelles. Le manque d'attention portée à l'exploration relationnelle n'est pas le fait de l'incompétence du thérapeute mais la conséquence des limites de nos perspectives qui tendent à être renforcées à la fois à l'intérieur de la thérapie et à l'intérieur des cultures en général. Pour m'y être essayé, je sais qu'il est difficile de dépasser ces limites.

La plupart d'entre nous avons des constellations du soi qui fonctionnent raisonnablement bien, tout au moins dans quelques-uns des contextes dans lesquels ils sont engagés et qui revêtent une importance vitale. Mais il nous arrive aussi de nous engager dans d'autres contextes relationnels avec un soi inquiet et peureux, ou peut-être trop sûr de lui. Le catalogue du soi qui affleure à notre conscience dans cette situation problématique n'est pas, de toute vraisemblance, le reflet d'un apprentissage expérientiel, bénéfique et auto correcteur, effectué dans des situations analogues. L'exploration thérapeutique des contextes dans lesquels nous luttons peut nous permettre de faire une nouvelle découverte du soi auquel nous sommes confrontés et nous indiquer comment nous engager le mieux possible dans nos relations. Mais la thérapie peut encore nous aider d'une autre manière. Même si notre engagement dans certains systèmes auxquels nous appartenons — qu'il s'agisse d'une communauté ou d'une organisation quelconque, ou d'un système sociétal ou environnemental plus large — est susceptible d'avoir

de graves conséquences sur notre vie et de générer de grandes difficultés, il se peut que nous n'ayons pas vraiment conscience de toute la qualité de notre engagement dans ces systèmes. Dans ce cas, la thérapie peut être considérée comme une entreprise d'éveil de la conscience. Je pense que nous vivons dans une culture, et dans une culture de la thérapie en particulier, qui met l'accent sur l'individualité et l'autonomie au détriment de la prise en compte de la nature de la vie humaine qui est fondamentalement interactive. La thérapie *peut* être aussi une ressource grâce à laquelle non seulement les personnes puisent plus profondément dans leur propre flux vital, mais en arrivent à voir comment ce flux est à la fois tissé avec le processus de vie des autres individus et relié au fonctionnement des groupes et des systèmes au sein desquels tant de notre vie est vécue.

Dans mon désir d'exprimer vraiment ce que je voulais dire, je suis conscient d'avoir utilisé un vocabulaire du soi varié, sans toujours en définir exactement les termes ou rechercher une totale cohérence. Ceci reflète mon grand souci de me détacher des *constructs* étroits pour que chacun puisse à nouveau explorer, faire bouger, reformer ses perspectives. Les glissements, dans le cas présent, me rappellent le moment où je pensais exposer mes idées principales sous une forme opérationnelle, destinée principalement à la recherche. De tels mouvements m'aident à approfondir et à aiguiser mes idées, et à davantage stimuler mon intérêt. Ce qui suit constitue une méthode de recherche pour l'étude du soi dans son contexte.

Une étude du soi dans son contexte

J'ai déjà élaboré une carte générale des nombreux niveaux du monde relationnel dans lequel, nous les humains, nous habitons (voir Barret-Lennard, 1998, pp. 365-368) et ce qui suit constitue une toile de fond supplémentaire à ma pensée actuelle. J'ai dit *dans-lequel-nous-habitons*, mais ceci ne signifie pas que le monde de la relation soit juste un environnement dans lequel nous choisissons de puiser pour le bénéfice de nos vies individuelles. Au contraire, je vois la vie comme un ensemble compliqué de processus interactifs et réguliers à l'intérieur de nous et entre nous. Nous ne faisons pas que puiser dans nos relations, nous vivons à travers elles. Notre soi lui-même, bien qu'unique dans sa spécificité, est un soi de connexion né, dans une large mesure, d'engagements relationnels précédents et qui garde une marque de toute cette expérience. Dans chaque contexte de notre vie, nous vivons grâce à notre soi évolué, mais aussi sous sa contrainte. Comment

nous est-il possible d'examiner ce marquage configurationnel du soi? Ci-après, voici ce qui m'est apparu comme une façon possible de le faire.

Tout en se centrant sur *le soi qui a fait l'expérience de la relation*, les données principales seraient obtenues grâce une révision du Q-sort, instrument conçu pour l'étude des résultats de la thérapie centrée sur le client (Rogers et Dymond, 1954). A l'époque, il consistait en cent items auto descriptifs que les participants classaient en groupes échelonnés entre ces deux extrêmes: «tout à fait comme moi» et «pas du tout comme moi». J'ai par la suite modifié ce Q-sort en le réduisant à quatre-vingts items sous la forme d'un questionnaire à choix multiple. La question suivante était posée aux participants: «Répondre aux formulations qui décrivent la *vision personnelle que vous avez de vous-même*, au moment présent». Cet exercice s'est presque toujours avéré une tâche significative fournissant ce que j'appelle maintenant une image du soi généralisée. Dans sa version de quatre-vingts items, cet instrument est simplement appelé «L'inventaire du concept du soi» (ICS). On trouvera dans ce qui suit un exemplaire de travail de cinquante de ces items, dont quelques-uns ont été modifiés en vue d'une nouvelle version sans avoir été renumérotés.

1. J'exprime librement mes émotions.
2. J'ai en moi une certaine originalité et capacité d'invention.
5. Il est très important pour moi de savoir ce qu'ils/les autres pensent de moi.
6. Je suis intérieurement sur mes gardes.
8. J'ai confiance en moi.
9. Je suis distant et réservé.
11. J'ai souvent du ressentiment.
12. Je suis fort et compétent.
13. Je suis plein de vie et de bonne humeur.
18. J'ai honte de moi.
20. J'essaye de me changer ou de changer mes attitudes pour satisfaire les autres.
21. J'ai de l'initiative et j'entreprends des choses.
22. Je ressens beaucoup de pression en moi.
24. Je suis bien dans mon corps et ma sexualité.
26. Je ne suis personne. Je ne suis pas une personne de plein droit.
27. J'ai souvent peur de ce qui peut arriver.
28. Je suis capable d'utiliser pleinement mon énergie et mes capacités.

32. J'oublie facilement. Je ne suis pas rancunier. Je n'essaye pas de me «venger».
33. L'espoir dans le futur me motive.
35. Je me cherche des alibis et des excuses quand ça va mal.
37. Je me ressens comme attirant, attractif, quelqu'un de bien.
40. Je me comprends.
41. Je me sens isolé et seul.
42. J'agis avec ma pleine capacité d'intelligence.
44. Je suis désorganisé.
45. Je me sens souvent tendu et anxieux.
49. Je ne sais pas vraiment ce que je veux.
52. Je suis solide intérieurement.
53. Je suis critique vis-à-vis des autres.
56. Je suis prudent. Je n'aime pas prendre des risques.
57. Je suis gêné par le changement de vieilles choses familières.
58. Je me sens bien comme je suis.
00. Je peux facilement partager mes rêves et ce que j'imagine.
59. Je suis axé sur moi, préoccupé par *moi*.
60. C'est très difficile d'être vraiment moi-même.
64. Je vis suivant ce que les autres pensent qu'il est juste.
65. Je ne pense pas beaucoup changer ou grandir.
67. Je fais confiance à ce que je ressens.
68. Je ressens de la chaleur quand je suis en relation ou en lien avec quelqu'un.
69. Il faut que je me pousse pour faire quelque chose.
70. Je me sens coupable.
71. Je suis plutôt effacé et soumis.
72. Je me sens capable de prendre des décisions et de m'y tenir.
73. Je suis plutôt calme et détendu. Pas grand-chose ne m'ennuie.
74. Je me fabrique une façade car je veux agir ou paraître autrement que je le sens.
76. Je suis prévenant et aimable.
77. J'ai de grandes difficultés à exprimer ce que je ressens vraiment.
78. J'ai une pensée claire et équilibrée.
79. Je suis une personne aimante.
80. Je suis digne de confiance.

L'instrument du concept de soi (ICS), dans ses formes précédentes, était basé sur l'hypothèse que la personne n'a sur le moment qu'une seule image ou un seul concept de son soi réel. Je ne désire pas me faire le défenseur des procédures d'élimination qui produisent une image du soi généralisée. Mais ce qui m'intéresse maintenant, c'est l'investigation du soi tel qu'il en est fait différemment l'expérience dans des contextes relationnels importants et distincts. En un mot, la méthode consiste à demander aux participants de fournir une image de leur propre soi dans chacun des divers contextes nommés en utilisant l'ICS sous une forme modifiée. Voici un échantillon de contextes de soi possibles dans des situations particulières:

- Comment je sens que je suis en moi-même, [lorsque je suis] *avec mon épouse ou mapartenaire* ?
- Comment suis-je en moi-même *avec mesparents* (éventuellement mon enfant, mes frères et soeurs) ?
- Si je suis étudiant, qui suis-je avec mes camarades de classe?
- Si je suis un homme d'affaires, qui suis-je avec des collègues en qui j'ai confiance?
- Moi, tel que je suis avec mes meilleurs amis ou avec des compagnons particuliers.
- Moi, tel que je suis avec mes adversaires, mes ennemis ou avec quelqu'un avec lequel j'ai affaire mais en qui je n'ai pas confiance.
- Moi, tel que je suis dans mon contexte travail et les membres de l'équipe.
- Moi, tel que je suis dans mon contexte professionnel avec mes clients (ou avec les étudiants).
- Moi, tel que je suis dans ma communauté ethnique et/ou ma subculture.
- Moi, tel que je suis dans ma relation aux autres espèces et l'environnement naturel.

Pour mettre en pratique la recherche telle que je la conçois j'envisage une série d'étapes éventuelles. L'échantillonnage d'items ci-dessus constitue le premier stade de révision et de réduction des items figurant à l'ICS. Il est suivi des étapes suivantes:

1. La première étape concernerait la révision de l'échantillonnage des items et la restructuration de l'inventaire pour permettre l'établissement de séries d'évaluation multiples; soit une série pour chaque soi contextuel sélectionné. (Dans les grandes lignes, il pourrait ressembler au formulaire RI OS-S-40, conçu

- pour obtenir un profil du monde des relations personnelles et de la vie sociale tel que les participants en font l'expérience.)
2. A la deuxième étape, il s'agirait de vérifier et d'affiner la liste actuellement représentative des soi contextuels pour obtenir une série de quelque douze contextes relationnels primaires et distinctifs ainsi que d'éventuels subsoi.
 3. La troisième étape serait une étape de collecte de données. Il serait demandé aux participants de sélectionner les subsoi qui s'appliquent à leurs situations personnelles et, en utilisant le nouveau formulaire de l'ICS, de se décrire en tant que le soi qu'ils sont dans chaque situation.
 4. L'étape suivante consisterait à examiner les données des systèmes constitutifs du soi, afin de découvrir d'abord l'ampleur de la variation (dans quelle mesure les soi contextuels sont-ils différents), ensuite le contenu principal de cette variation (quels sont les facteurs, les groupes d'items, ou les items-référence du soi qui sont concernés) et enfin dans quelle mesure les individus varient-ils dans ces situations (les subsoi peuvent être relativement secondaires chez certaines personnes, beaucoup plus hétérogènes chez d'autres).
 5. La découverte, par vérification et recoupement des résultats pertinents du stade 4, d'un critère alternatif plausible de la diversité du soi, (ou tout autre construct qui s'y apparenterait de manière significative), constituerait éventuellement une validation de la méthode.
 6. Une étape suivante consisterait à élaborer une enquête chez les participants pour mettre en lumière les relations et la communication entre leurs subsoi telles qu'ils en font l'expérience.
 7. Un éventuel défi pour le futur serait de trouver des moyens pour explorer de manière empirique comment les subsoi et leurs relations changent à la faveur d'expériences personnelles significatives et formatrices, y compris l'expérience de la thérapie individuelle ou des groupes intensifs.

Voilà pour cette ébauche d'un plan de recherche établi pour avancer dans le sens des perspectives présentées dans ce papier et les affiner. D'autres développements de recherche se feront jour au fur et à mesure de l'avancement des travaux. Dans cet article, je vais laisser de côté cette alléchante éventualité pour en revenir à la première partie de mon titre et conclure.

La chaîne et la trame du soi en thérapie - résumé

La chaîne de la thérapie désigne le processus intérieur et les expériences du soi suivant des patterns distincts dans différents contextes de relation. Je considère ces manifestations organisées du soi comme des subsoi contextuels; des patterns de soi configurés qui sont ou peuvent être accessibles à la conscience du soi, qui fonctionnent de manière indépendante à des degrés divers et «dialoguent» les uns avec les autres. Dans cette métaphore de la chaîne, il n'y a pas de fils individuels, aucun élément isolé, mais des bandes modelées de façon longitudinale. Quant à la trame qui croise la chaîne, il s'agit de la face externe et de l'expression de ces modèles du soi qui sont visibles dans les engagements de la personne dans la vie présente. Ces engagements couvrent l'éventail des relations individuelles proches dans des systèmes familiaux divers, les relations dans les groupes, les communautés, les associations ethniques ou organisationnelles et enfin les identifications et connexions personnelles avec des systèmes humains et naturels encore plus vastes. Les propriétés de la trame peuvent être comparées à des fils d'action qui sont tissés et croisés avec chaque configuration de la trame et lui donne sa présence vivante et sa texture.

Je crois que la plus grande partie de l'activité humaine qui se passe en dehors de la présence littérale des autres, aussi bien qu'à l'intérieur de cette présence, trouve son sens sous-jacent dans le contexte de la relation. L'écriture de mon dernier livre, et même de cet article, a été une activité fréquemment «solitaire». Pourtant j'étais en communication avec d'autres personnes dont je me souvenais ou que j'imaginai, et qui formaient une toile de fond dans mon esprit pour soudainement surgir sur le devant. L'un de nos potentiels innés, qui m'est cher comme il l'est probablement à vous, c'est la qualité d'être curieux et désireux de comprendre; cette qualité augmente notre capacité d'action dans notre monde. Mais elle peut être clairement contrariée ou étouffée dans certains contextes relationnels, et fleurir et s'épanouir dans d'autres. Il en est de même pour les différents effets de la relation sur d'autres qualités éventuelles.

Nos expériences relationnelles, les expériences intérieures comme extérieures, sont tellement entremêlées dans la tapisserie du processus vital que la chaîne et la trame en disparaissent presque. Dans les niveaux multiples du processus interactif du yin et du yang, l'intérieur et l'extérieur sont étroitement liés, et le soi et l'autre se définissent par la relation et non par des constantes limitées. Les idées traditionnelles d'un soi souverain et potentiellement indépendant ne sont plus soutenables. Ceux d'entre nous

qui s'intéressent au travail thérapeutique sont confrontés à une possibilité plus vaste que jamais de ce que j'appellerais «l'appréhension du besoin humain». Le défi consiste à être préparés et prêts à aider nos clients non seulement dans des angoisses qui étaient jadis considérées comme purement intra psychiques mais aussi dans les blessures et les contraintes de la conscience et de la capacité relationnelle du soi. Ce soi est à la fois un et multiple. Et toutes ses voix, ainsi que les contextes dont elles émanent, demandent à s'ouvrir et à être à la fois exprimés et explorés par le client avec un thérapeute qui se met à l'unisson et dont la conscience est sensible à la diversité des mondes du soi humain et de ses expressions vécues dans la vie complexe d'une personne qui vient chercher de l'aide.

Références

- Barrett-Lennard, G. T. (1997). The recovery of empathy — toward others and self. In A. C. Bohart & L. S. Greenberg (Eds), *Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy*, pp. 103-121. Washington, DC: APA Books.
- Barrett-Lennard, G.T. (1998). *Carl Rogers' helping system: Journey and Substance*. London: Sage.
- Cain, D. (1996). Rogers and Sylvia: An intimate and affirming encounter. In Farber, B. A., Brink, D. C., & Raskin, P. M. (Eds), *The psychotherapy of Carl Rogers: Cases and commentary*, pp. 275-283. Guildford: New York and London.
- Ends, E.J. & Page, C. W. (1959). Group psychotherapy and concomitant psychological change. *Psychological Monographs*, 73 (10). Whole number 480.
- Farber, B. A. Brink, D. C., & Raskin, P. M. (1996), *The psychotherapy of Carl Rogers: Cases and commentary*. Guildford: New York and London.
- Hobbs, N. (1951). Group-centered psychotherapy. In C. R. Rogers, *Client-centered therapy*, pp.278-319. Boston: Houghton Mifflin.
- Malouf, D. (1996). *The conversations at Curlow Creek*. New York: Random House.
- Mearns, D. (1999). Person-centred therapy with configurations of self. *Counselling*, May, pp. 125-130.
- Mearns, D. (2000). The nature of 'configurations' within self (Chapter 6), and Advancing person-centred theory (Chapter 9). In Mearns, D. & Thorne, B., *Person-centred therapy today: New frontiers in theory and practice*, pp. 101-119 & pp. 172-195. London: Sage.
- O'Hara, M. (1996). Rogers and Sylvia: A feminist analysis. In Farber, B. A., Brink, D. C., & Raskin, P. M. (Eds), *The psychotherapy of Carl Rogers: Cases and commentary*, pp. 284-300. Guildford: New York and London.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (ed.), *Psychology: A study of a science*, Vol. 3: *Formulations of the person and the social context*, pp. 184-256. New York: McGraw-Hill.
- Rogers, C. R. (1964). Toward a modern approach to values: The valuing process in the mature person. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 68 (2), pp. 160-167.
- Rogers, C. R. (1969). *Freedom to learn*. Columbus, Ohio: Charles E. Merrill.
- Rogers, C. R. & Dymond, R. F. (1954). *Psychotherapy and personality change*. Chicago: University of Chicago Press.
- Seeman, J. (1989). Toward a model of positive health. *American Psychologist*, 44, pp. 1099-1109.
- Snyder, W. U. (Ed.) (1947). *Casebook of non-directive counseling*. Boston: Houghton Mifflin.



QUELQUES ENSEIGNEMENTS TIRÉS D'UNE ÉTUDE DE PSYCHOTHÉRAPIE AVEC DES SCHIZOPHRÈNES

Carl R. Rogers

ACP-PR | *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*

2007/2 - n° 6
pages 59 à 72

ISSN 1774-5314

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-approche-centree-sur-la-personne-2007-2-page-59.htm>

Pour citer cet article :

Rogers Carl R., « Quelques enseignements tirés d'une étude de psychothérapie avec des schizophrènes », *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*, 2007/2 n° 6, p. 59-72. DOI : 10.3917/acp.006.0059

Distribution électronique Cairn.info pour ACP-PR.

© ACP-PR. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Quelques enseignements tirés d'une étude de psychothérapie avec des schizophrènes

Carl R. Rogers

Traduction: Michel Mus

Résumé

Après avoir formulé des hypothèses théoriques sur les facteurs favorisant l'efficacité du processus thérapeutique auprès de clients dits «normaux», Carl Rogers en aborde la validité dans le cadre d'un travail d'accompagnement de personnes psychotiques hospitalisées. Certains paramètres émergent alors, comme la motivation consciente d'être aidé ou l'exploration de soi active. Rogers en vient au constat que l'importance des concepts théoriques s'efface au profit des manières d'être ou attitudes facilitatrices du thérapeute dans la relation avec le client schizophrène, et conclut en présentant sa manière d'aborder la thérapie avec ces personnes.

Mots-clés: schizophrénie, clients schizophrènes, échelle du processus, conditions thérapeutiques, relation, personne à personne.

Publié in *Pennsylvania Psychiatric Quarterly*, Summer 1962 et in Rogers, C. R. & Stevens, B., *Person to Person. The Problem of Being Human*, Real People Press, 1967.

Introduction

Il y a longtemps, j'avais eu le sentiment d'avoir déjà apporté la contribution dont j'étais capable à la connaissance de la psychothérapie en hôpital de jour. Je tirais beaucoup de satisfaction de cet apport, quelque critiquable qu'il ait pu être. Toutefois j'étais désireux de repousser les limites de cette connaissance durement acquise. Dans quelle mesure nos théories et nos hypothèses tiendraient-elles si l'on travaillait avec des groupes plus extrêmes ? De façon spécifique j'avais très envie de vérifier nos théories de travail psychothérapeutique en travaillant à la fois avec des individus psychotiques et des individus parfaitement normaux.

Deux théories de base

Voici quelques années, j'émis l'idée que ce n'était pas la connaissance professionnelle particulière du thérapeute, ni sa conception intellectuelle de la thérapie («son école de pensée») qui déterminaient son efficacité. Je fis l'hypothèse que c'était le degré auquel celui-ci possédait certaines attitudes personnelles dans la relation qui était important. Je m'efforçai de définir trois de celles-ci que je considérais comme fondamentales — le vrai, l'authentique ou congruence du thérapeute; le degré de compréhension empathique de son client dont il fait l'expérience et qu'il communique à son client; le degré du regard positif inconditionnel ou d'affection non possessive qu'il ressent vis-à-vis de son client.

La formulation de ces vues théoriques incita presque immédiatement les chercheurs à mettre au point des outils susceptibles de mesurer ces conditions attitudinelles. Des études importantes ont maintenant été réalisées qui montrent en effet que, dans une population de patients en hôpital de jour, plus le niveau de ces attitudes est élevé, plus les résultats thérapeutiques sont positifs. Ceci est vrai, que les mesures de la thérapie reposent sur la perception que le thérapeute a de la présence de ces attitudes, ou sur des évaluations d'observateurs indépendants ou encore sur la perception que le client a de la relation. La perception du niveau de présence de ces attitudes par le client semble être l'indice le plus précis du résultat éventuel.

Dans une deuxième perspective nous avons procédé à l'examen du processus détaillé de la thérapie tel qu'il se déroule chez le client ou patient. Pour commencer nous avons formulé une théorie du processus thérapeutique basée sur l'observation clinique; ensuite nous avons développé une «échelle du processus» (Scale of Process) dans le but de noter les

changements qui surviennent dans la manière dont le client s'exprime au cours de l'évolution de la thérapie et dans la qualité de son expression. Dit brièvement, cela consiste à placer un certain échantillon de l'expression du client sur un continuum déterminé. On constate qu'à un bout de l'échelle le fonctionnement psychologique de l'individu est rigide, statique, indifférencié, impersonnel. Les *constructs*¹ sont fixes. L'individu fait état de sentiments mais il ne se les approprie pas. Il est loin de l'*experiencing*² qui le traverse. Il est incapable de faire des liens. Il est incapable de se dire. Ou bien il se voit comme n'ayant aucun problème ou bien il ne s'en sent pas responsable. A l'autre bout du continuum le fonctionnement de l'individu est fluide, changeant, et reflète l'*experiencing* toujours changeant qui se déroule à l'intérieur de lui-même ainsi que les événements qui se passent à l'extérieur de lui. Il fait l'expérience de ses sentiments sur le champ, se les approprie et les exprime lorsqu'il le sent opportun. L'individu est proche de son *experiencing* et s'y réfère pour guider sa conduite. L'expérience est interprétée de façon provisoire et de nouvelles significations sont tirées de nouvelles expériences. Les relations sont réelles et fluides. L'individu reconnaît sa responsabilité dans beaucoup de ses propres problèmes.

Nous avons commencé par examiner la possibilité de l'existence d'un lien causal entre d'une part les conditions attitudinelles offertes par le thérapeute et d'autre part le processus de la thérapie et le changement de personnalité chez le client ou patient. Et nous avons ensuite émis l'hypothèse que ce lien resterait valide, que nous parlions de thérapie avec des schizophrènes, des névrosés ou des individus normaux³.

Je voudrais vous faire part de quelques éléments cliniques et autres qui nous sont apparus ainsi que de quelques résultats objectifs qui semblent émerger de cette étude.

¹ Ndt: terme anglais de plus en plus employé en français pour «désigner une idée fixe, sur laquelle est basée une prédiction concernant le monde. Rogers a emprunté ce terme à George Kelly (Kelly, 1955). Il l'a utilisé dans les *Sept stades de la conception du processus de la psychothérapie*, se référant aux constructs en tant que *Cartes de l'expérience* (Rogers, 1961, p. 157) ». In Tudor K. & Merry T., (2002), *Dictionary Of Person-Centred Psychology*, London, Whurr, p. 30.

² Ndt: le terme «*experiencing*» n'a pas de correspondant sémantique en français. En conséquence nous avons conservé le terme anglais qui signifie dans sa forme verbale «être en train de faire intérieurement une expérience» et dans sa forme substantive «l'expérience qui est en train d'être faite.»

³ L'édition originale de cet article mentionnait la description du projet et des méthodes de la recherche dans laquelle furent impliqués huit thérapeutes et quarante-huit schizophrènes hospitalisés dont beaucoup étaient considérés comme malades chroniques (note de l'auteur).

La faible probabilité de changement dans notre groupe de schizophrènes hospitalisés

Le premier de ces enseignements s'est peu à peu imposé à nous. En effet en termes de probabilité de changement nous avons affaire à l'un des groupes les plus difficiles avec lesquels nous ayons jamais travaillé. Il s'agit d'individus plus ou moins chroniquement psychotiques qui d'après l'expérience s'avèrent être un groupe très difficile. Il s'agit également d'individus dont le niveau socioculturel est en moyenne assez bas. Ce sont des individus qui, presque sans exception, ne sont pas désireux de faire une thérapie, qui ont tendance à considérer que «parler ne peut pas aider» et pour lesquels le thérapeute n'est pas une personne potentiellement aidante. Non seulement certains d'entre eux ne sont pas motivés mais sont aussi résolument hostiles à toute tentative d'aide. Considérant l'ensemble de ces trois facteurs, je crois que je peux honnêtement affirmer qu'en termes de changement il s'agit de l'un des groupes les moins prometteurs que nous ayons jamais admis en thérapie.

Eu égard à la faible probabilité de changement dans notre groupe, on ne peut cependant s'empêcher d'être impressionné par un autre de nos constats. En effet, très souvent, nous avons pu entrer en contact, travailler avec ces personnes et faciliter chez elles certains changements. Je ne m'étendrai pas ici sur cette constatation car à mon avis elle sera évidente dans certains des autres matériaux que je vais présenter.

Le problème spécial du client non motivé

La grande leçon que nous avons glanée au cours de ce travail, c'est que l'absence de motivation consciente constitue un problème vraiment profond en psychothérapie. Ce n'est certainement pas une nouvelle, mais nous avons appris à reconnaître et formuler cette question de façon beaucoup plus claire et plus pointue. Il est très différent de travailler avec un client consciemment motivé, qu'il soit névrotique ou psychotique, que de travailler avec une personne qui n'a aucune intention consciente de le faire, qu'elle soit normale, névrotique ou psychotique.

Travailler avec une personne qui désire de l'aide, c'est de la psychothérapie telle qu'elle est généralement définie et comprise. A la richesse de l'expérience de cette relation s'ajoute maintenant l'accroissement constant de nos connaissances empiriques. Je pense qu'objectivement nous en savons beaucoup sur cette psychothérapie-là. Objectivement aussi nous

commençons à connaître le type d'individu qui a le plus de chance d'en tirer profit, le type de relation qui a le plus de chance de faciliter l'amélioration, le type de changements qui survient de façon très caractéristique à des degrés mesurables.

Mais pour parler du travail avec une personne dépourvue de désir conscient d'aide, nous avons besoin, je crois, d'un terme nouveau. Il s'agit d'un domaine où n'ont été développés que relativement peu de concepts ou théories. Jusqu'à très récemment aucun thérapeute n'acceptait de dévoiler la manière dont il travaillait avec ces individus. Nous sommes très redevables à des thérapeutes tels que Freida Fromm-Reichmann, John Rosen et Carl Whitaker d'avoir accepté de faire des démonstrations publiques de leur manière de travailler avec ces individus et d'enregistrer leur façon de faire naître une relation, là où n'existait à l'origine aucun désir de relation thérapeutique.

De notre expérience personnelle de travail avec des schizophrènes non motivés et un petit groupe témoin d'individus normaux également non motivés, j'en suis arrivé à une conclusion qui peut paraître surprenante. J'ai vraiment la conviction qu'il est plus difficile de travailler avec un individu dont la motivation consciente est absente que de travailler avec le problème de la psychose. Il s'agit d'une opinion subjective basée en partie sur notre incapacité générale à établir une relation facilitatrice avec des individus «normaux» de faible niveau socioculturel. Dans la mesure où les deux éléments sont séparables, je crois que l'absence de désir conscient d'aide s'avère pour le thérapeute un plus grand défi que la présence de la psychose.

En tout cas, j'en suis arrivé à penser que nous ferons plus de progrès dans ce domaine si nous reconnaissons qu'avoir affaire à une personne qui ne désire pas être aidée est une tâche nettement différente de celle de la psychothérapie, et si nous développons les concepts, théories et pratiques appropriés à ce travail. Le fait qu'une relation avec un tel individu puisse devenir de la psychothérapie quand il choisit de demander de l'aide, ne doit pas masquer le problème.

Différences entre les clients schizophrènes et les clients hospitalisés de jour

Je voudrais maintenant me pencher sur un autre domaine d'observation. Il s'agit des grandes différences qualitatives que nous avons trouvées entre nos clients schizophrènes et les clients hospitalisés de jour avec lesquels nous avons précédemment travaillé.

Dans mon travail clinique précédent, l'un des enseignements les plus profonds que j'avais retiré avait été l'attraction fantastique qu'exerce sur le client la satisfaction de faire l'apprentissage de son self⁴. Quelle que soit l'extériorité du problème exprimé initialement par le client — le comportement de sa femme, le choix d'une carrière professionnelle, etc. — une fois passée l'expérience des satisfactions aigres-douces de l'auto exploration, cela devenait inévitablement le point central de la thérapie. Je ne crois pas qu'il en soit ainsi avec nos clients schizophrènes. Même quand on a établi une relation avec lui, même quand l'individu a fait l'expérience d'une nouvelle facette de lui-même et se comprend un peu plus clairement, il ne continue pas nécessairement dans cette voie. A l'exception de très rares occasions et pour des raisons que je ne suis pas certain de cerner, il ne semble pas être attiré par l'exploration du self ni par l'expérience profonde qu'il en a. Au contraire, comme Gendlin l'a fait remarquer, il semble qu'il continue à rationaliser ses problèmes et refuser de s'approprier ses sentiments. Est-ce intrinsèquement lié à la nature de la réaction schizophrène face à la vie ? Est-ce essentiellement caractéristique de la personne hospitalisée de manière chronique ? Est-ce dû au faible niveau socioculturel de notre groupe ? Ou bien est-ce simplement le fait que très peu de nos clients ont atteint le niveau de développement intérieur où l'auto exploration peut être source de satisfaction ? Je ne peux le dire.

Ayant écrit ces lignes il y a très peu de temps, je m'aperçois que des faits objectifs viennent de les modifier. En effet, une étude dont les résultats n'ont été annoncés que quelques heures avant que je ne quitte Madison, indique — et cela confirme mon affirmation — que les clients du centre de counseling faisaient généralement preuve d'un degré d'auto exploration nettement plus profond que nos clients schizophrènes. Ce résultat a été obtenu à partir d'une nouvelle mesure d'exploration intra personnelle, développée à partir de notre échelle du processus et de ses dérivés. Toujours en accord avec nos attentes, il a également été mis en évidence que, dans les cas où le succès avait été le plus évident, le degré de l'auto exploration augmentait avec le temps, tandis que dans les cas, aussi bien névrotiques que psychotiques, où le succès était moindre, l'exploration intra personnelle dans la suite de la thérapie était *moindre* qu'elle ne l'était au début. Or, et c'est bien

⁴ Ndt: Le mot *soi* ne traduit pas nécessairement le terme *self* dans la définition de Rogers: *self* est un terme qui inclut «toutes les perceptions par l'individu de son organisme, de son expérience et de la manière dont ces perceptions sont reliées à d'autres perceptions et objets de son environnement ainsi qu'au monde extérieur». In K. Tudor & T. Merry, *Dictionary of Person-Centred Psychology*, London, Whurr, 2002, p. 125.

là le plus surprenant, c'est chez les schizophrènes où le succès était le plus évident que l'on a trouvé, du début à la fin de la thérapie, la plus forte augmentation de la profondeur de l'auto exploration, plus forte même que dans les cas des névrotiques qui avaient le mieux réussi. Ceci est à la fois réconfortant et surprenant. Cela signifie que chez les schizophrènes pour lesquels les tests objectifs font état d'une nette amélioration, cette amélioration est précédée de l'expression spontanée et chargée d'émotion d'un matériau qui leur est personnellement significatif, conséquence d'une auto exploration active, éprouvante et terrifiante. En termes simplifiés à l'extrême, il semble bien que lorsqu'un schizophrène va mieux c'est qu'il est «entré en thérapie», comme nous l'entendons habituellement.

Autre simple observation: nos schizophrènes ont tendance à être silencieux à l'extrême, ou à se lancer dans de longues conversations, peu révélatrices. On a trouvé qu'au cours de leur deuxième entretien, le taux de silence de nos schizophrènes était soit inférieur à 1 %, soit supérieur à 40 %. Ces résultats sont largement différents de ceux obtenus chez les clients de l'hôpital de jour. Nos clients schizophrènes tendent à éluder la relation par un silence presque total qui se prolonge souvent sur plusieurs entretiens, ou bien par un débordement de paroles qui a également pour effet d'empêcher toute vraie rencontre.

La thérapie en tant que relation ou rencontre

J'aimerais maintenant aborder d'autres enseignements plus personnels, des enseignements qui nous ont touchés plus personnellement en tant que thérapeutes. Le plus important se trouve peut-être bien dans la confirmation que le concept — et son extension — de la thérapie a à faire avec la *relation* et n'a pratiquement rien à voir avec les techniques, la théorie ou l'idéologie. A cet égard, je pense que ma façon de voir est devenue encore plus extrême. Je crois que c'est le fait que le thérapeute est *réel* dans la thérapie qui en fait l'élément le plus important. C'est lorsque le thérapeute est naturel et spontané qu'il semble être le plus efficace. Il se peut qu'il s'agisse d'une «attitude humaine acquise», comme le suggère un thérapeute de notre entourage, mais dans l'instant il s'agit bien de la réaction naturelle de *cette* personne-là. C'est ainsi que des thérapeutes nettement différents obtiennent de bons résultats de façons tout à fait différentes. Pour l'un, une approche impatiente qui consiste à dire «pas de bêtises, mettons les cartes sur table» sera très efficace car c'est ainsi qu'il est le plus franchement lui-même. Pour un autre, l'approche sera peut-être une approche beaucoup plus douce et

manifestement plus chaleureuse, correspondant à la manière d'être de *ce* thérapeute. Ce sont nos expériences qui ont profondément renforcé et élargi ma façon de voir, à savoir que le thérapeute efficace est une personne qui est capable d'être *ouvertement* elle-même au niveau le plus profond qu'il soit. Il se peut que rien d'autre ne soit important.

La place de la théorie dans la thérapie

Il me semble avoir redécouvert la juste place de la théorie — plus précisément l'absence adéquate de théorie — dans la conduite même de la thérapie. Lorsque j'écoute des enregistrements de mon propre fonctionnement avec ces schizophrènes, je peux clairement identifier les endroits où mon comportement est déterminé par ma théorie de la thérapie. Après avoir écouté l'entretien de Carl Whitaker avec un psychotique et en avoir discuté avec lui, je note que certaines de ses questions ou remarques — au sujet des cigares, par exemple — sont régies par sa théorie de l'implication homosexuelle éventuelle chez le patient. Quand, dans le livre de Scheflen, je lis des extraits des entretiens de Rosen, sa théorie du rejet maternel et des désirs incestueux transparaît souvent comme étant la cause de la schizophrénie. Et lorsque je m'écoute moi-même, de même quand j'écoute ces autres thérapeutes, il me semble que la relation n'est plus ma préoccupation au moment où ces théories sont présentes. J'ai dans l'idée que chacun d'entre nous serait aussi efficace en soutenant des théories très différentes, à condition qu'on y croit. J'irai jusqu'à risquer l'hypothèse que, au moment-même de la relation, la théorie particulière du thérapeute est sans importance voire qu'elle serait *même préjudiciable* à la thérapie. Je veux dire par là que c'est la *rencontre existentielle* qui est importante et que, au moment même de la relation thérapeutique, avoir conscience de la théorie n'apporte aucune aide. Pour formuler cela différemment je dirais que, si au cours de la relation nous pensons à la théorie, nous devenons spectateurs, non plus acteurs; or c'est en tant qu'acteurs que nous sommes efficaces. Ce n'est pas nier le fait qu'à d'autres moments il puisse s'avérer utile de développer une théorie nous concernant, nous et nos clients aussi bien que sur le processus même de changement. Mais pendant la relation, je suis porté à penser qu'une telle théorie serait injustifiée, voire préjudiciable. Alors, s'il fallait à tout prix avoir une théorie, il me semble que celle-ci devrait être prudente, légère, flexible et librement ouverte au changement et qu'elle devrait être mise de côté au moment de la rencontre elle-même.

Nouvelles manières d'être dans la relation

C'est en relevant le défi que constituait le travail avec ce groupe de schizophrènes que nous avons appris de nouveaux comportements facilitateurs. Comment peut-on amorcer une relation avec de tels individus? L'un des moyens que la plupart d'entre nous a finalement trouvé est l'utilisation de l'expression par le thérapeute de ses sentiments immédiats sans que le client n'en ressente le poids. C'est ainsi que j'ai dit à un client très silencieux: «Le silence, ce matin me va bien, alors que parfois, quand on ne se parle pas, je me sens comme impatient de savoir ce qui se passe. Mais ce matin ça me va bien d'être là, juste tranquillement avec vous». A un autre j'ai dit: «J'ai l'impression que vous êtes en colère contre moi. Je n'en suis pas sûr. Evidemment, puisque vous ne me l'avez pas dit mais je continue à me demander pourquoi vous êtes en colère avec moi». De telles affirmations sont exprimées sur un mode de réflexion intérieure, non comme des questions ou des exigences. Elles peuvent être beaucoup plus longues que ne le sont ces brefs exemples. Elles tendent à positionner le thérapeute en tant que personne dans la relation, sans menacer le client par des exigences. Elles ne font que répéter sur des modes variés: «je suis ici; j'offre une relation; je suis une personne avec des sentiments, des perceptions; je suis sensible à la personne que vous êtes et à tout ce que vous voudrez bien me dire de vous». Comme le dit Gendlin, «le thérapeute peut faire appel à son *experiencing* du moment, réservoir toujours présent dans lequel il puisera pour amorcer, approfondir et poursuivre l'interaction thérapeutique même avec une personne non motivée, silencieuse ou rationalisante».

Certains de nos thérapeutes vont encore plus loin dans leur comportement. L'un d'entre eux en particulier tend de plus en plus à faire alliance avec la personne cachée, non révélée, chez le schizophrène tout en «démolissant» ouvertement sa carapace de défense. Sa manière de travailler ressemble vraiment à celle de Rosen et Whitaker. De toute évidence il s'occupe de la personne cachée, mais il critique de manière violente et parfois sarcastique les symptômes psychotiques, la peur de la relation, les défenses et les évitements. C'est peut-être en partie parce que cette approche lui convient en tant que personne qu'il la trouve efficace. Bref, lorsqu'on écoute les entretiens enregistrés des différents thérapeutes de notre groupe, on élargit peu à peu le répertoire des conduites qui sont vraies pour chacun d'entre nous face à des clients psychotiques, et on forge lentement les moyens de faciliter le mouvement chez la personne non motivée.

En attente de la «volonté positive»

Une autre leçon que nous avons apprise, en tant que thérapeutes, se trouve dans la patience qui est nécessaire pour faire naître chez un individu qui ne l'a jamais pratiquée, ce que Rank a appelé la «volonté positive» (Positive Will).

Nous avons peu à peu pris conscience que pratiquement aucun des individus avec lesquels nous avons travaillé ne s'étaient jamais affirmés en tant que personne. Ils n'ont jamais dit de façon manifeste: «je sens», «je vis», «j'ai le droit d'être». Au contraire, ils ont subi passivement les blessures de la vie, les coups, les événements. Il faut beaucoup de patience, d'après mon expérience, pour attendre la naissance et le développement de la volonté de dire: «je suis, je mérite d'être.» Pourtant ce phénomène de croissance est à certains égards d'autant plus passionnant qu'il a longtemps été mis en sommeil.

L'insignifiance du contenu psychotique

Pour des thérapeutes qui, comme pour un certain nombre d'entre nous, n'avaient travaillé qu'avec des individus psychotiques non hospitalisés, l'évolution du sens que nous donnions au contenu psychotique au cours de nos contacts n'est pas sans intérêt.

La façon la plus simple de décrire notre attitude actuelle est de dire que nous avons appris le caractère relativement peu important du matériau psychotique. Ceci pourrait être facilement mal interprété. L'hallucination, le fantasme, le langage et la posture bizarres ont bien sûr leur signification dans la dynamique psychologique de l'individu schizophrène. Mais dans la relation thérapeutique ils constituent simplement un moyen de communication plus difficile. Quand on travaille avec un enfant en thérapie par le jeu, son langage est son comportement et ceci est parfois difficile à comprendre. Ou quand on travaille avec un client d'origine étrangère, les expressions confuses et les erreurs de prononciation rendent la compréhension plus difficile. Il en est ainsi, nous semble-t-il, avec le schizophrène. Ses incohérences bafouillées, ses idées paranoïdes, les voix qu'il entend ne représentent qu'un mode de communication qu'il est souvent *très* difficile de comprendre. Nous avons trouvé que la différence réside plutôt dans l'intensité que dans la nature de celle-ci et nous n'y avons pas attaché d'importance particulière, pas plus que nous n'avons utilisé de procédures spéciales, quand nous avons affaire à une personne franchement psychotique dans sa façon de s'exprimer.

Quelques enseignements objectifs

Je voudrais mentionner quelques-uns des résultats objectifs qui semblent ressortir de nos analyses. Cependant, je voudrais également signaler que la plupart de ces affirmations ont un caractère provisoire et qu'elles peuvent être modifiées par des études ultérieures.

Les «conditions» attitudinelles thérapeutiques

En essayant de mesurer les conditions nécessaires à la thérapie telles qu'elles existent chez le thérapeute, nous avons trouvé qu'il était possible d'utiliser trois modes de perception. «L'inventaire de la relation (Relationship Inventory)»⁵ nous donne une mesure de ces attitudes perçues par le thérapeute et par le client. Puis avec l'aide de juges indépendants qui écoutaient des segments d'entretiens, nous avons pu mesurer le niveau auquel ces conditions existaient pour un observateur neutre. Quant au troisième mode d'évaluation, il a été difficile pour les juges d'arriver à une fiabilité correcte. En effet il est difficile pour quiconque de dire à partir des paroles et du son de voix du thérapeute, si ce dernier est authentique, s'il se sent vraiment concerné. Par contre le degré de fiabilité est plus élevé dans le cas de l'évaluation de la justesse de la compréhension empathique. De toute façon ce qui est important c'est que nous ayons pu développer des moyens pour mesurer des attitudes subtiles et significatives à partir de trois perspectives: du point de vue du thérapeute lui-même, du point de vue d'un observateur et du point de vue du client.

Le mouvement du processus mesuré par l'échelle du processus, pendant les 30 premiers entretiens est bien plus élevé chez les schizophrènes qui perçoivent le plus de conditions attitudinelles chez leur thérapeute (mesurées d'après leurs réponses à l'Inventaire de la relation) qu'il ne l'est chez les schizophrènes pour lesquels la perception de ces attitudes pendant la relation est moindre.

Les mesures effectuées par les juges sur l'une de ces qualités font apparaître un autre de ces résultats préliminaires, à savoir la justesse de l'empathie. Celle-ci a fait l'objet d'une étude par Truax de huit patients schizophrènes, quatre d'entre eux faisant état d'une amélioration aux tests psychologiques, les quatre autres d'une certaine détérioration. Des échantillons

⁵ Ndt: l'inventaire de la relation «est utilisé pour étudier les conditions facilitatrices présentes dans les relations entre un thérapeute et un client, ainsi que dans d'autres relations comme entre un enseignant et un étudiant.» In K. Tudor & T. Merry, *Dictionary of Person-Centred Psychology*, London, Whurr, 2002, p. 122.

ont été enregistrés chez ces patients lors des premiers vingt-quatre entretiens, à savoir trois cent vingt-cinq échantillons en tout. Quatre juges ont indépendamment écouté ces échantillons et ont évalué le degré de justesse et de compréhension empathique du thérapeute. L'analyse de ces évaluations a mis en évidence que les patients qui allaient mieux étaient ceux auxquels davantage de compréhension empathique avait été régulièrement dispensée contrairement à ceux dont l'état ne s'améliorait pas.

Les résultats de nos clients schizophrènes confirment également un résultat antérieur obtenu avec des clients en hôpital de jour. On a trouvé que les schizophrènes moins bien adaptés, plus psychotiques d'après le MMPI⁶, perçoivent moins de ces conditions thérapeutiques que les clients mieux adaptés. Il apparaît donc que l'existence perçue de ces qualités dans le cours de la relation est de nature interactionnelle. Le client qui est profondément perturbé a des difficultés à percevoir ces attitudes, même lorsqu'elles existent chez le thérapeute.

La mesure du mouvement thérapeutique

Le deuxième pôle important de la recherche traitait de la mesure du mouvement ou processus en psychothérapie. Il apparaît clairement que nous avons pu développer une mesure du processus raisonnablement fiable, raisonnablement précise, qui permet même de distinguer des différences entre les premières et les deuxièmes moitiés des entretiens thérapeutiques. Cette mesure est basée sur des indices verbaux et vocaux objectivement différenciables. Elle a déjà permis de trouver des données importantes concernant les clients en hôpital de jour, comme le fait, à notre surprise, que les clients chez lesquels la thérapie aura un résultat positif *commencent* à un niveau élevé du processus et qu'ils finissent de même. Cette échelle semble s'appliquer aux entretiens avec des clients schizophrènes comme avec les clients en hôpital de jour, résultat que nous avons à peine osé espérer.

La relation entre les conditions et le processus

Notre hypothèse centrale était, on s'en souvient, que plus les conditions thérapeutiques existent chez le thérapeute, plus on trouverait de mouvement thérapeutique (mesuré à l'aune des échelles du processus) chez le client schizophrène. Il est trop tôt pour dire si cette hypothèse sera confirmée. Certaines de nos anciennes analyses semblent le faire. D'autres non.

⁶ Ndt: Minnesota Multiphasic Personality Inventory.

Un premier élément de preuve apporté à cette thèse fait ressortir que le degré de mouvement au cours des trente premiers entretiens, mesuré par l'échelle du processus, est de toute évidence en rapport avec le degré de perception des conditions thérapeutiques par le client dans la relation. Plus il perçoit le thérapeute comme empathique, par exemple, plus il y a de mouvement thérapeutique et plus le client change. Par contre la plupart des corrélations entre les évaluations des qualités du thérapeute d'une part et le mouvement du processus chez le client d'autre part, n'ont pas été significatives.

Tout ce que nous pouvons dire pour le moment, c'est que, d'après les tests psychologiques, à un haut degré de qualité du thérapeute semble correspondre un haut degré de changement positif et que le mouvement thérapeutique, mesuré selon l'échelle du processus, est également associé à des changements. L'affirmation qui compléterait ce triangle logique, à savoir qu'un haut degré de conditions thérapeutiques est associé à un mouvement thérapeutique marqué, ne peut être faite pour le moment en raison de l'ambiguïté des résultats actuels.

Conclusion

Voici donc un rapport personnel sur une grande entreprise qui est loin d'être achevée. J'ai simplement essayé d'esquisser les contours de notre programme avec des schizophrènes ainsi que quelques significations et changements que cela a impliqués pour nous, thérapeutes. J'ai aussi essayé de suggérer le type de résultats qui sont en train d'émerger et qui continueront à le faire à partir de cette étude.

En termes d'objectifs, il n'y a évidemment pas de conclusion possible. Mais cela a eu beaucoup d'importance pour moi d'avoir pu approcher ces individus schizophrènes en tant que *personnes*. Nous ne pouvons certainement pas dire ce qu'en sera le résultat final. Peut-être que le degré d'adaptation sociale sera modeste. Mais il est important pour moi sur le plan personnel et aussi théorique d'avoir pu aider des individus renfermés sur eux-mêmes, bizarres, sans espoir, à devenir des êtres humains.

Je repense à un homme avec qui j'ai passé de nombreuses heures, y compris de nombreuses heures de silence. Il y avait de longues périodes pendant lesquelles je n'avais aucun moyen de savoir si la relation avait un sens quelconque pour lui. Il ne communiquait pas, semblait indifférent, renfermé, et s'exprimait avec difficulté. Je repense à cette heure pendant laquelle il se sentait complètement inutile, sans espoir, suicidaire. Il voulait fuir,

il voulait se supprimer parce que, comme il le marmonna sur un ton monocorde et désespéré: «Je m'en fiche, tout simplement». Je répondis: «Je sais que vous vous fichez de ce qu'il peut bien vous arriver, mais je veux tout simplement que vous sachiez que *moi je ne m'en fiche pas.*» Et alors, après une longue pause, il se laissa aller à un flot de sanglots, profonds, atroces, suffocants, qui dura presque une demi-heure. Il avait saisi le sens de mon sentiment pour lui. C'était la preuve spectaculaire de ce que nous avons tous appris, à savoir que derrière le voile de silence, d'hallucination, de discours étrange, il y a dans chaque cas une personne et que si nous savons faire et avons de la chance, nous pouvons *atteindre* cette personne, et que nous pouvons vivre avec elle, souvent pour de brefs instants seulement, dans une relation de personne à personne. Pour moi, ce fait semble en dire long sur la nature de la schizophrénie. Il en dit long aussi sur la nature de l'homme et sur sa soif et sa crainte d'une relation humaine profonde. Ceci semble dire que les êtres humains sont des personnes, que nous les ayons catalogués comme schizophrènes ou quoi que ce soit d'autre. Et je sais que ces moments de relation vraie avec de vraies personnes ont été la récompense essentielle pour nous tous qui avons participé à ce programme.



CAIRN.INFO
Chercher, repérer, avancer.

L'HUMAIN « INFINI-DICIBLE »

Vincent Triest

ACP-PR | *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*

2007/2 - n° 6
pages 73 à 81

ISSN 1774-5314

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-approche-centree-sur-la-personne-2007-2-page-73.htm>

Pour citer cet article :

Triest Vincent, « L'humain « infini-dicible » », *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*, 2007/2 n° 6, p. 73-81. DOI : 10.3917/acp.006.0073

Distribution électronique Cairn.info pour ACP-PR.

© ACP-PR. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

L'humain «infini-dicible»

Vincent Triest

Né à Kisantu (Congo) en 1955, Vincent Triest est marié et père de trois enfants. Diplômé en droit, en droit européen et en gestion des affaires publiques, il travaille à Bruxelles dans l'administration fédérale belge. Fondateur de l'Atelier du personnalisme, il a publié en 2000 *Plus est en l'homme - Le personnalisme vécu comme humanisme radical* aux éditions Peter Lang, Bruxelles-Berne. Depuis 2003, il préside le Centre d'Action pour un Personnalisme Pluraliste (CAPP), qui édite la revue *Perso — regards personnalistes*. Vincent Triest est membre du conseil d'administration du mouvement personnaliste La Vie Nouvelle, où il est actif dans le secteur «Philosophies de la personne».

Résumé

Emmanuel Mounier et Emmanuel Lévinas sont les fils rouges de la réflexion de Vincent Triest. Cet article livre un témoignage personnel en même temps qu'une réflexion philosophique quant aux fondements du personnalisme. Après avoir donné quelques clefs du parcours de vie qui l'a amené au personnalisme, l'auteur s'attache à considérer cette philosophie comme un humanisme parmi d'autres. Il place cependant la spécificité de l'humanisme des personnes en regard d'un humanisme de l'individu, d'un humanisme moderniste idéologiquement parfait et d'un humanisme écologique. La visée personnaliste est présentée comme individuelle autant que relationnelle. Enfin l'auteur insiste sur le fait que le personnalisme n'est pas une philosophie abstraite mais qu'elle s'appuie sur le jaillissement de la vie.

Mots-clés: personnalisme, humanisme, relation, corps.

Publié avec l'aimable autorisation de la revue *Perso — Regards Personnalistes*.

Ce texte a été présenté le 21 mars 2007 lors d'une journée d'étude organisée par le Centre de Formation Pierre Joseph Triest (C.F.P.J.T.) à Dave (Namur, Belgique), qui avait pour thème «Soigner: une rencontre entre personnes». Les actes de cette journée sont accessibles à l'adresse www.personnalisme.org.

C'est une chance pour moi de m'adresser à vous, qui travaillez dans des institutions psychiatriques, pour évoquer les trois termes «soigner» — «rencontre» — «personnes» qui constituent les thèmes clés de notre rencontre.

En premier lieu, il faut que je vous explique ce qui m'est arrivé avec cette philosophie des personnes. Vous comprendrez ainsi pourquoi j'aime en parler. C'est surtout important pour quelqu'un comme moi, qui n'est pas un philosophe professionnel, mais plutôt un apprenti du personnalisme, et qui, a cause de cet apprentissage ou de cette initiation par la vie, est devenu un philosophe autodidacte, une sorte de va-nu-pieds de la philosophie.

Il y a trois raisons qui font que je m'intéresse au personnalisme. C'est d'ailleurs pour ces trois raisons que je peux me définir comme personnaliste. Comme tant d'entre nous, je suis un personnaliste avant la lettre, c'est-à-dire que je l'étais avant de le savoir, j'étais personnaliste avant de commencer à explorer cette philosophie, et même, avant de savoir que cette philosophie existait.

La première raison de mon enracinement personnaliste, c'est que je suis le troisième — chez moi tout va par trois! — d'une famille qui compte six enfants, trois filles et trois garçons. Le propre de la famille, c'est qu'on y vit, souvent pour le meilleur et parfois pour le pire, avec des êtres qu'on n'a pas choisis. Dans la famille, nous sommes responsables des autres sans les avoir sélectionnés. Le principe de responsabilité, la vraie responsabilité, est électif plutôt que sélectif. Je ne choisis pas ceux dont je suis responsable, ce sont eux qui me choisissent. Je suis élu par eux. C'est pourquoi la famille est le lieu premier de la formation du lien social.

J'ai un frère aîné, Paul, qui me précède d'une quinzaine de mois. Lorsqu'il avait seulement deux semaines, il a été touché par l'épidémie de poliomyélite qui sévissait alors au Congo. Il a survécu mais les séquelles ont été lourdes, sur tout un côté de son corps. J'ai donc grandi auprès d'un frère «handicapé», comme on dit. Bien que sévèrement touché par les suites de cette maladie, synonymes de tant d'opérations, Paul s'est toujours efforcé de prendre le dessus sur ce qu'il est convenu d'appeler des «infirmités». Pour nous ses frères et sœurs, comme pour ses copains, Paul était notre égal en tout. Et certainement, il était égal en dignité. C'est le regard des autres — en particulier celui des enfants qui peuvent être cruels, sans méchanceté —

qui me rappelait régulièrement que mon frère n'était pas comme les autres. LUI m'a appris, par son inlassable débrouillardise et son extraordinaire sociabilité, ce que signifie ce beau mot de dignité. C'est quand l'homme n'a pas toutes les facultés qu'il devrait avoir, quand lui manquent les privilèges de l'humanité ordinaire, que son humanité jaillit comme une source dans le désert. Paul, mon frère handicapé, est la seconde raison de mon attachement, charnel et spirituel, dans un personnalisme qui a été vécu bien avant d'être pensé.

Ensemble, avec lui et mes autres frère et sœurs, j'ai grandi sur la terre d'Afrique où je suis né, dans le village de Kisantu au Bas-Congo. Berceau de l'humanité, l'Afrique représente aujourd'hui encore, au-delà des souffrances des Africains, un formidable terreau d'humanité. Alors que dans notre Occident dit «développé», le lien social se dessèche, en Afrique il se déploie dans une société qui sait rester chaude, riche de solidarités et de fraternité, et où la joie éclate malgré le dénuement des conditions d'existence.

C'est pour ces trois raisons, ma famille nombreuse, mon frère Paul et mes frères africains, que je me suis découvert, et que je me découvre chaque jour, personnaliste.

Vous le voyez, le personnalisme n'est pas d'abord une philosophie, c'est une plongée dans la vie et un regard posé sur les hommes, sur le monde que nous sommes et dans lequel nous vivons. En ce sens le personnalisme forme un paradigme, c'est-à-dire une vision de l'existence qui est tellement vivante en nous qu'il n'est point besoin de l'explicitier pour la connaître.

Cependant, penser sa vie aide à mieux la vivre. Il faut penser sa vie pour mieux vivre sa pensée.

Qu'est-ce donc que le personnalisme ?

C'est un humanisme parmi d'autres, qui se distingue d'autres conceptions de l'homme. Nous pouvons identifier au moins quatre variétés d'humanisme.

Commençons par l'humanisme des individus. Celui-ci privilégie la liberté. Mais ce n'est pas n'importe quelle liberté. Il s'agit de celle qui, selon la formule bien connue, «s'arrête là où commence celle des autres». Cette liberté, c'est donc la mienne, mais limitée par celle des autres. L'individu est donc un «je» qui s'affirme devant d'autres «je».

Ensuite, c'est l'humanisme de l'Humanité qui se présente. L'Humanité avec un grand «H». Au nom de ce grand «tout» d'une humanité future et parfaite, notre Modernité occidentale a été capable de sacrifier la vie et la dignité de millions d'humains ordinaires, au titre de la race, de la lutte des classes ou de la logique implacable du marché mondialisé.

La prise de conscience écologique nous a amenés à un troisième type d'humanisme, celui de l'homme considéré comme être de la nature. Plutôt que de dominer celle-ci, l'humain apparaît comme partie constitutive du monde, au point de s'y confondre et d'y perdre tout privilège. Peter Singer, auteur de l'ouvrage *Animal Liberation* (1975-1991), incarne bien ce courant paradoxal d'un humanisme qui flirte avec l'anti-humanisme.

Enfin, il y a une quatrième variété d'humanisme, c'est l'humanisme des personnes. Celui-ci peut se définir de deux façons, une première qui procède par opposition, donc négative, et une seconde qui propose une définition positive.

Le personnalisme s'oppose à une conception de l'homme trop exclusivement individualiste. Qu'est-ce que l'individu? Comme le mot «in-dividu» lui-même l'indique, c'est un être qui ne peut être divisé. C'est la plus petite partie, insécable, de l'univers humain. L'individu est «un» avec lui-même, sans division en lui. Chaque individu pourrait dire de lui-même que son «je» coïncide avec son «je», sans «autre» en lui et sans avoir besoin des autres à côté de lui ou en face de lui, sinon pour s'affirmer face à eux. Pour utiliser une métaphore connue, pensons à Robinson Crusoé. Naufragé et seul sur son île déserte, il s'organise pour vivre en autarcie loin de la compagnie des hommes.

Considéré dans sa dimension positive, l'humanisme des personnes met l'accent sur la dimension relationnelle de l'être humain, ce que j'appelle la «relationalité», en utilisant ainsi un néologisme qui fait le lien avec la rationalité. Considérer l'être humain comme le fruit de ses relations veut dire que nous ne naissons pas humains, comme si nous étions déjà entièrement constitués et achevés. Nous devenons des humains et nous nous créons les uns par les autres tout au long de notre vie, qui est tissée de relations. Ce travail de création ne s'achève pour ainsi dire jamais, sinon avec la mort et ce qu'elle comporte de mystère. Pour revenir à l'histoire de Robinson, nous dirons avec Michel Tournier, l'auteur du roman *Vendredi ou les limbes du Pacifique*, que privé de la compagnie des hommes, Robinson perd tout repère humain, il ne sait plus qui il est, la folie le guette. Mais l'arrivée de Vendredi le délivre et le rétablit dans son humanité. En face du «Je» apparaît un «Tu», et à l'arrière-plan de cette relation à deux, il y a un «Il». L'opposé du «un» de l'individualisme, ce n'est pas le «deux» mais le «trois» du Je-Tu-Il.

Quand nous mettons l'accent sur l'homme comme être de la relation, nous devons prendre garde à ne pas faire de celle-ci une substance, une chose. La relation n'est pas quelque chose avec un contenu qui viendrait

s'ajouter à ce que nous sommes, pour compléter notre individualité, en faisant de nous des personnes. Il est un certain «personnalisme» qui, à force de considérer la relation comme le propre de l'humanité, chosifie et «objectivise» cette relation. En réalité, la relation n'a pas de substance, elle n'a pas de contenu, elle est «pour rien», gratuité pure. Elle désigne ce que je pourrais appeler le «geste miraculeux» de notre humanité, le passage ou la trajectoire qui fait de nous des êtres humains plutôt que des individus ou des éléments du biotope. La relation désigne cette merveille de l'humanité: nous sommes chacun des individus, au sens où nous sommes singuliers, incomparables les uns aux autres, non substituables, nous sommes chacun un univers infini — un microcosme qui reflète l'infini du macrocosme comme le disaient les penseurs anciens — mais au-delà de la distance infinie qui nous sépare, nous nous parlons, nous jetons des ponts entre nous, nous surmontons l'autisme des individus que nous sommes à l'origine, comme le renard qui demande au Petit Prince de l'appivoiser, dans le beau livre de Saint-Exupéry que vous connaissez. Appivoiser, c'est surmonter la distance, agir comme responsable de l'Autre, cet étranger qui me fait face.

Je dois ici corriger une formule de Gaston Bachelard dont je me suis (trop) abondamment servi dans mes exposés sur le personnalisme: «Au commencement est la relation». Au commencement, il y a des individus, et ceux-ci s'humanisent les uns par les autres en devenant des personnes, grâce à la relation.

Le personnalisme n'est nullement une philosophie abstraite, cérébrale. C'est une pensée qui surgit de la vie, une pensée qui s'incarne dans la chair et dans le corps. Ce n'est pas une philosophie très typique de la pensée occidentale, dans la mesure où celle-ci est marquée par le dualisme qui oppose l'esprit et la matière, un dualisme dont nous avons hérité des Grecs. En repoussant cette opposition, qui est contraire à l'expérience vitale — faut-il rappeler que je n'ai pas un corps, mais que je suis mon corps — le personnalisme retrouve le terreau fécond de la pensée sémitique, celle d'Israël, ainsi que la vision du monde africaine. L'homme est un esprit qui habite son corps et il est un corps habité par l'esprit. L'intuition essentielle du personnalisme, c'est cela. L'esprit vit en l'homme et s'exprime dans son corps.

Quand j'étais étudiant, j'avais été sensibilisé à la philosophie personnaliste grâce à la lecture du livre d'Emmanuel Mounier sur le personnalisme, publié dans la collection *Que sais-Je ?* Ce philosophe français est né en 1905 et il est décédé en 1950, à quarante-cinq ans. Sa vie a donc été brève. Mais son influence a été marquante, en particulier en tant que créateur de la revue *Esprit* qui joue aujourd'hui un rôle essentiel dans le paysage intellectuel.

Tout jeune, Mounier avait fréquenté dans sa ville de Grenoble les conférences de Saint-Vincent-de-Paul, fondées en 1833 par Frédéric Ozanam pour venir en aide aux pauvres. La rencontre des déshérités avait profondément marqué Mounier. Plus tard, marié à une de nos compatriotes, Paulette Leclercq, leur couple avait été frappé douloureusement par la maladie de leur petite fille Françoise, atteinte d'encéphalite. Mounier a écrit des pages admirables sur Françoise, la petite fille qui ne grandissait pas, sauf dans l'amour de ses parents.

Je ne crois guère aux grandes illuminations venues du ciel. Les grands bouleversements qui nous touchent et nous bouleversent viennent plutôt de la rencontre de notre corps avec celui des autres. Le cœur à cœur, c'est d'abord le corps à corps. Relisez l'histoire du bon Samaritain. Dans sa traduction si vivante, André Chouraqui n'écrit pas qu'il a pitié de la victime, abandonnée sur le bord de la route, mais plutôt qu'il est «pris aux entrailles». Je pense aussi à François d'Assise. Ce jeune bourgeois bien mis de sa personne, riche et avide de plaisirs, croise un jour sur sa route un lépreux. Mû par une force qui le dépasse, il s'élançait et l'embrasse à même ses plaies. C'est le début d'une vie nouvelle.

Le personalisme, philosophie du corps et de la chair. C'est en particulier une philosophie du visage. Lorsque après une période de latence, je revins à mes questionnements philosophiques, ouverts par le personalisme de Mounier, j'ai rencontré la philosophie d'Emmanuel Lévinas, né en 1906 et décédé en 1995. Ce philosophe français est ancré dans le judaïsme. Il est né en Lituanie et son éducation juive a baigné dans la culture russe qui dominait dans les pays baltes. Dans la pensée russe, et slave en général, le personalisme est large comme un boulevard. Il suffit de lire les grands romanciers russes pour s'en convaincre, Tolstoï ou Dostoïevski par exemple, ou plus tard Soljenitsyne et Vassili Grossman, ce dernier étant l'auteur du roman *Vie et Destin*, probablement un des plus grands livres du XX^e siècle. Lévinas a lui aussi été confronté aux drames de l'existence. Il a perdu la plupart de ses proches dans la tourmente de la guerre, déportés dans les camps de la mort, victimes de la folie exterminatrice des nazis. Il s'inscrit dans la philosophie après la Shoah, c'est-à-dire après la «catastrophe». Comment philosopher après Auschwitz? Peut-il encore être question d'humanisme après de tels crimes collectifs? Tel est le contexte sur lequel se dessine la philosophie de Lévinas.

Sa philosophie s'appuie sur le courant phénoménologique, apparu au début du XX^e siècle. Il s'agit d'un retour aux choses mêmes, aux phénomènes qui apparaissent à notre conscience. Et parmi les phénomènes,

il y a la présence de l'autre dans son corps. Dans le cas de Lévinas, c'est d'un retour au corps et plus particulièrement au visage qu'il est question. Le visage est le lieu d'expression de l'humanité. Le visage parle une langue qui précède les mots, qui anticipe la raison. Lorsque les mots manquent, lorsque la raison fait défaut, restent le visage et son «dire» qui se parlent à l'infini.

Mon père, docteur en médecine, a été touché par la maladie d'Alzheimer. C'était un homme bon et un esprit brillant, il a accompli une «œuvre» estimée en Afrique dans la formation du personnel médical. A la fin de ses jours, il était redevenu comme un petit enfant, dépendant de ceux qui l'entouraient de leurs soins. Les deux dernières années, le dialogue verbal était réduit à sa plus simple expression, avant de s'évanouir dans cette nuit que formait pour nous le monde dans lequel il était entré. Mais il restait le langage du corps et celui du cœur, de la tendresse qui sait se passer de mots. A ces moments privilégiés où l'affection passait au-delà de la séparation des êtres frappés d'incommunicabilité apparente, Papa redevenait comme avant, son sourire illuminait son visage et ses yeux riaient, pendant quelques instants d'autant plus précieux qu'ils étaient si fugaces. Cette expérience m'a appris que Blaise Pascal avait raison: «le cœur a ses raisons que la raison ne comprend pas ». Ce n'est pas la raison qui fait l'humanité de l'homme, c'est son cœur, c'est son visage et ce qu'il dit du cœur caché qui bat.

De même que le mot «individu» exprime en lui-même son sens — c'est-à-dire être un avec soi — celui de «personne» est porteur de sa signification profonde. En langue étrusque, le mot *persona* désigne le masque que portaient les acteurs. Ce masque avait une fonction utile sur le plan acoustique car il permettait d'amplifier la voix. Le masque permettait ainsi l'expression tout en déjouant, symboliquement, les pièges de l'apparence. On ne dévisage pas un masque, qui ne dévoile pas qui se cache derrière lui. Le masque protège le mystère de la personne. Littéralement, «dé-visager» c'est priver quelqu'un de la profondeur et du mystère qu'exprime son visage, au-delà de l'apparence de ses traits. Vous savez que dans les camps de la mort, les détenus promis aux fours crématoires allaient nus en colonnes vers les chambres à gaz. Ce n'était pas seulement affaire d'efficacité ou de volonté d'humilier ceux qui n'étaient déjà plus des hommes pour les gardes SS, mais des *Stücke*, des «pièces». Il faut réfléchir à ce qu'apporte le vêtement à la dignité de l'homme. La fonction vestimentaire ne consiste pas seulement à cacher la nudité ou à protéger le corps des rigueurs du climat. L'esthétique du vêtement n'est pas l'essentiel non plus. Ce qui est vêtu met en lumière ce qui ne l'est pas, à savoir essentiellement le visage. Songez à

ces magnifiques collerettes d'il y a quelques siècles, aux colliers et autres tours du cou, à nos cravates aujourd'hui, et aux chapeaux et autres couvre-chefs dont nous couronnons nos têtes. Tous ces «accessoires» ne mettent-ils pas en valeur la partie la plus essentielle du corps de l'homme, son visage ? Dans les camps, la nudité des corps estompait les visages des victimes que les tortionnaires de la SS ne voulaient pas voir. Voir les visages, c'était voir les humains. C'est pourquoi pour les détenus, regarder de face un gardien était interdit, sous peine d'être abattu sur le champ.

Dans le débat sur le port du voile, ce qui me dérange c'est quand le visage de la femme est masqué car il n'y a pas meilleur moyen de nier l'humanité et la dignité des femmes dans des sociétés traditionnelles où les hommes dominent.

Pour en revenir à la signification du mot «personne», en grec, ce mot se traduit par *prosôpon*. Il signifie «être en face de l'autre, être en dialogue, lui parler». C'est pourquoi le personnalisme est une philosophie de la rencontre, un humanisme de la conversation.

Le personnalisme aujourd'hui, dans la suite de Mounier, est un humanisme des visages, inspiré par Lévinas. Le visage est offert, il est vulnérable. Il porte la marque de notre fragilité, de notre vulnérabilité devant la force et la violence, devant la maladie, l'infirmité et la mort. En même temps, dans sa vulnérabilité, il résiste passivement et oppose la force — invincible ? — d'une dignité qui s'exprime dans la faiblesse, jusqu'à l'issue ultime et même au-delà. Lorsque la vie a quitté le corps, nous fermons les yeux du mort. Pourquoi ? Je ne dirais pas qu'ils ne nous parlent plus car il reste sur le visage du défunt et sous ses paupières closes comme un regard tourné vers l'intérieur. C'est le regard de ceux qui prient les yeux fermés, tourné vers un Dieu, vers les Autres ou au-dedans d'eux-mêmes, dans leur intériorité inviolable. Mystère de la personne qui se survit, comme dans un «autrement qu'être» selon une expression chère à Lévinas.

L'humain est indicible, énigmatique. Il est indicible parce qu'infini. Comme le mystère, qui n'est pas ce qui est incompréhensible mais ce qui est compréhensible à l'infini, l'homme est dicible à l'infini. Il serait donc en quelque sorte «infini-dicible». Le dire échappe à tout dit définitif. De la personne, nous ne pouvons jamais faire le tour en épuisant la question qu'elle demeure. Pascal, encore lui, disait «l'homme passe l'homme, infiniment». *Plus est en l'homme*, en somme. La grandeur de l'humain ne s'exprime pas dans la splendeur de ses réalisations, dans les «qualités» qui font l'individu honorable, mais dans la petitesse et la fragilité. Les bien portants et les bien pensants ne forment pas le tout de l'humanité. N'oublions pas que

«humain» vient de «humus», qui veut dire «humble», ou encore plus prosaïquement «terre» et «glèbe». Les mal portants et les mal pensants ne nous en apprennent-ils pas plus sur nous-mêmes que tous les confortables installés dans l'existence ?

Le patient, c'est celui qui pâtit. C'est aussi celui qui prend patience. Il attend la guérison, il attend le soignant. Le patient et celui qui le soigne connaissent le vrai temps, celui de la durée, le temps de la présence aux autres et à soi, de cette étrange présence, apparemment perdue, qui s'éprouve sur le mode de l'absence, dans le désir et la douleur du manque. Quand l'esprit se cache dans la nuit, il vit.

Dans cette vaste maison dédiée aux personnes en souffrance, j'aurais voulu parler de vos patients, de ce que vous leur apportez et de ce qu'ils vous apportent. Ces patients qui, comme les pauvres, nous humanisent par leur simple présence. Mais ce n'est pas à moi, qui ne suis ici que de passage, d'en parler. C'est pourquoi, je suis heureux de me retrouver avec vous, les soignants, pour partager ces mots: «soigner une rencontre entre personnes ». Je vous en remercie.

Références

- Barbaras, R., (1989), *Autrui*, Paris, Quintette.
- Buber, M., (1969), *Je et Tu*, Paris, Aubier (réédition).
- Finkielkraut, A., (1984), *La sagesse de l'amour*, Paris, Gallimard.
- Gros, F., (1994), *Autrui*, Paris, Hatier.
- Ibal, B., (1988), *Au risque de l'Autre*, Paris, Cerf.
- Lévinas, E., (1990), *Humanisme de l'autre homme*, Paris, Le Livre de Poche.
- Lévinas, E., (1990), *Autrement qu'être ou au-delà de l'essence*, Paris, Le Livre de Poche.
- Lévinas, E., (1991), *Entre nous. Essais sur le penser-à-l'autre*, Paris, Grasset.
- Lévinas, E., (1992), *Totalité et Infini. Essai sur l'extériorité*, Paris, Le Livre de Poche.
- Marcel, G., (1991), *Les hommes contre l'humain*, Paris, Ed. universitaires.
- Mounier, E., (1961), *Œuvres*, tome I, Paris, Seuil.
- Mounier, E., (1992), *Le Personnalisme*, Paris, P.U.F., Que sais-je? (réédition).
- Sagot-Duvauroux, J.L., (1995), *Pour la gratuité*, Paris, Desclée de Brouwer.
- Sagne, J.C., (1997), *La loi du don — Les figures de l'Alliance*, Lyon, Presses universitaires de Lyon.
- Shmuel, Trigano, (1998), *La Séparation d'amour, une éthique d'alliance*, Paris, Arléa.



L'ANNONCE D'UN HANDICAP : LE DÉBUT D'UNE HISTOIRE

« Pour que le blé puisse croître il faut d'abord cultiver le champ »

Elisabeth Zinschitz

ACP-PR | *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*

2007/2 - n° 6
pages 82 à 93

ISSN 1774-5314

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-approche-centree-sur-la-personne-2007-2-page-82.htm>

Pour citer cet article :

Zinschitz Elisabeth, « L'annonce d'un handicap : le début d'une histoire » « Pour que le blé puisse croître il faut d'abord cultiver le champ »,

Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche, 2007/2 n° 6, p. 82-93. DOI : 10.3917/acp.006.0082

Distribution électronique Cairn.info pour ACP-PR.

© ACP-PR. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

L'annonce d'un handicap le début d'une histoire

« Pour que le blé puisse croître
il faut d'abord cultiver le champ »

Elisabeth Zinschitz

Née en 1959, Elisabeth Zinschitz est psychothérapeute centrée sur le client. Elle exerce sa profession avec des personnes qui présentent un handicap mental, avec des parents ayant un enfant handicapé et supervise des équipes de travail dans le secteur du handicap. Ses expériences professionnelles comprennent la formation d'éducateurs, la guidance et les soins précoces aux familles ayant un jeune enfant handicapé. En Autriche, Elisabeth Zinschitz, donne régulièrement des conférences et propose des séminaires; dans ce cadre, elle a collaboré avec Garry Prouty. Ses articles consacrés à la psychothérapie avec des personnes mentalement handicapées ont été publiés en diverses langues.

Résumé

L'annonce aux parents du handicap de leur enfant est un moment décisif, difficile et constructeur pour la relation à venir entre les parents et leur enfant. Il requiert de la part des professionnels (médecins, psychologues, psychothérapeutes) un accompagnement dans le temps, empreint de compréhension, de considération positive et de sincérité; notamment la reconnaissance difficile de leurs limites pour les médecins. Les parents ont besoin de temps pour accepter et traverser le deuil de leurs projets et attentes, et ainsi favoriser au mieux le développement de leur enfant handicapé, faciliter son autonomisation à l'âge adulte dans le contexte de ses propres limites cognitives ou physiques, en évitant l'écueil de la surprotection.

Mots-clés: annonce du handicap d'un enfant, accompagnement, considération positive, compréhension, sincérité, autonomisation, humanité.

Introduction

L'annonce d'un handicap n'est pas simplement la communication d'une nouvelle difficile. Normalement le début de l'histoire d'un enfant et de la relation entre lui et ses parents commence avant sa naissance. Dans le cas d'un enfant handicapé, l'annonce du handicap reconstruit forcément cette histoire, car le handicap bouleverse tout. Il faut réécrire le script.

Ceux qui communiquent cette nouvelle peuvent aider les parents à intégrer graduellement le handicap de leur enfant dans leur vie. Il leur faut un savoir psychologique sur les inévitables réactions émotionnelles, mais aussi une certaine aptitude à la communication de ce message afin que les parents ne soient pas seulement informés, mais aussi assistés et accompagnés. Si les parents bénéficient de cette aide, ils auront plus de confiance en eux-mêmes et, par conséquence, seront capables de la communiquer à l'enfant.

Il y avait une fois un enfant...

La naissance d'un enfant, c'est le début d'une histoire: d'abord c'est celle d'une relation entre le nouveau-né et ses parents et ensuite c'est l'histoire de la relation de l'individu, que l'enfant deviendra, avec lui-même. En effet, c'est le début d'un voyage, que l'on appelle «la vie». Dans la terminologie psychologique, on parle du «développement de l'individu» ou de «l'individuation» qui commence dans une relation dépendante pour arriver à l'indépendance ou à «l'interdépendance». Autrement dit: «le désir qui habite l'organisme d'un spécimen humain à l'état d'enfance est d'atteindre, par sa croissance, à la maturité» (Dolto, 1985, p. 200). Pour cela, il faut des conditions qui facilitent ce développement, cette croissance. Il faut nourrir et vêtir l'enfant, lui donner «feu et lieu», comme la plante a besoin de l'eau et du soleil pour croître, mais aussi lui prêter une attention positive et accueillante. Pour Carl Rogers, les conditions nécessaires pour un développement positif sont la compréhension empathique, la congruence et un regard inconditionnel, autrement dit le non-jugement. A mon avis, ces conditions sont comparables à «l'engrais» pour la croissance psychologique de l'enfant et pour le développement positif de sa personnalité.

Dans *La cause des enfants* Françoise Dolto écrit que le passage à l'âge adulte est «le passage de l'être à l'avoir... Peut-être l'enfant est-il essentiellement fait d'être, et l'adulte de l'avoir, tout en réfléchissant, se comptant, s'objectivant.» L'état adulte consiste, selon elle, dans la capacité de distinguer entre soi-même et son environnement. Pour Rogers, la conception

du moi n'est autre «que la perception que l'individu a de lui-même... elle résulte en partie de la différenciation de l'expérience totale, <organismique> de l'individu [...]; ainsi l'expérience totale tend à devenir plus discernable, à s'organiser en régions.» (Pagès, 1986, p. 17); de même, Kegan (1982) a décrit plusieurs phases dans le développement du moi.

Je pense que dans la construction du moi, on pourrait aussi parler du «passage de l'être au faire»: si je sais que j'existe séparément de mon environnement, des sensations, des pensées et des émotions qui m'appartiennent, alors j'apprendrai aussi que j'ai la capacité d'influencer cet environnement, que j'ai une prise sur les choses. Le développement au niveau cognitif est étroitement lié au développement physique, surtout au début de la vie: au moment où je comprends que ces objets bizarres qui s'agitent là devant mon visage, sont mes mains, je me rends compte que c'est moi qui les dirige et j'apprends progressivement à faire de plus en plus de choses avec elles. Plus tard, la capacité de m'éloigner de mes parents, dès que je me déplace, me donne le sens d'une indépendance tout au moins physique: ils me nourrissent et me protègent mais je suis moins dépendant d'eux. Selon Freud, l'être humain vient au monde et désire simplement être laissé en paix. Il ne se tourne vers son environnement qu'en cas de besoin et toute sa vie il garde ce désir de retourner au paradis, ce qui veut dire le ventre de sa mère. D'autres psychanalystes, comme Ferenczi et plus tard Kohut, ont défendu une conception bien différente: l'homme est avant tout un être social (voir Korunka, 1997, p. 48); ce point de vue est soutenu aujourd'hui par les tenants de la psychologie humaniste.

Lorsqu'un enfant évolue, il a besoin de la sécurité et de la protection que lui donnent ses parents, mais il a aussi tendance à explorer par lui-même son environnement. Il le fait d'autant mieux s'il peut s'appuyer sur ses parents lorsque cela s'avère nécessaire. Un très bon exemple est la phase du «rapprochement» qui représente un pas dans le processus d'individuation (voir Mahler, 1975), bien décrit par Daniel Stern dans son *Diary of a Baby*.

L'indépendance adulte en général vient avec la capacité de se prendre en charge matériellement et émotionnellement et à prendre soin de soi: la peur d'être seul cède la place à la sécurité individuelle; en même temps, chaque personne continue à avoir besoin et à rechercher la présence, l'attention, l'amour des autres. Pour atteindre cette indépendance, il s'appuiera sur ses capacités physiques, cognitives, sociales et émotionnelles.

... handicapé

Et maintenant, il y a un petit être humain auquel manquent une ou plusieurs de ces capacités ou qui aura des difficultés à les développer, soit sur le plan cognitif ou physique, soit sur le plan sensoriel ou social, mais aussi à cause d'une combinaison de plusieurs de ces déficits. Il aura besoin de beaucoup d'assistance pour progresser et s'épanouir.

Ce que l'on observe fréquemment lorsque l'enfant a un handicap, c'est qu'il ne lui est attribué aucune confiance quant à ses possibilités, ce qui génère soit une suractivité thérapeutique soit une attitude surprotectrice. Par ailleurs, la déception des parents de ne pas voir leur enfant marcher, parler ou réfléchir comme les autres, les rend souvent aveugles sur les progrès qu'il accomplit. L'enfant de leur rêve souvent n'existera pas.

Cette attitude accroît la difficulté de ces enfants à entreprendre une séparation psychologique (comme l'envisage Françoise Dolto) de leurs parents. Mais cela ne suffit pas à expliquer que beaucoup de personnes handicapées adultes aient des difficultés à prendre l'initiative pour défendre leurs propres projets, ne soient pas préparées à résoudre ou tolérer des situations difficiles, ni même à formuler leur propre point de vue. Pendant toute leur vie, tout a été fait pour eux, parce que personne ne croyait qu'ils étaient capables d'agir par eux-mêmes. Lorsqu'un adulte handicapé entre dans un foyer, c'est souvent sa mère qui décide encore la couleur des chaussettes à porter, et quels amis il doit fréquenter. La personne handicapée adulte reflétera, dans sa confiance en elle-même, celle que les personnes qui l'ont élevée lui ont montrée.

«La conception du moi [...] résulte aussi des interactions avec autrui (des autrui significatifs) qui donnent un sens particulier à l'expérience du soi [...] L'autrui significatif peut influencer le processus d'évaluation propre de l'individu. Dans le cas [...] où autrui ne valorise pas inconditionnellement l'expérience de l'individu, mais la valorise d'une manière sélective, valorisant positivement certains aspects et négativement d'autres, il se produit ce que Rogers appelle des <conditions de valeurs>» (Pagès, 1986, pp. 17-18).

Un enfant handicapé est souvent dévalorisé et cette déconsidération affecte l'ensemble de sa personnalité et de ses actes. Comment prévenir cette situation? Que peut-on faire pour que la relation parents-enfants s'élabore le mieux possible?

L'annonce du handicap: tout à coup... tout est différent!

La manière dont le handicap est annoncé aux parents est d'une importance majeure. Les angoisses conscientes et inconscientes, le désespoir, la déception sont vécues par tous les participants; ainsi les médecins, par exemple, sont confrontés à leurs propres limites: on ne peut pas «guérir» un handicap.

L'annonce du handicap a lieu immédiatement après la naissance du bébé ou plus tard, lorsque le handicap se manifeste au cours du développement de l'enfant ou même encore après une maladie ou un accident. Pour les parents, il y a là une différence: après la naissance, à la suite d'un accident, c'est en général un choc; par contre, s'ils ont déjà vécu quelque temps avec leur enfant et que celui-ci leur semble avoir un problème, l'incertitude est remplacée par une confirmation de ce qu'ils ressentaient déjà.

Que se passe-t-il dans l'entretien entre le médecin et les parents? Souvent, un seul parent est informé: soit le père, parce que la mère se trouve encore à la maternité; soit la mère, parce que c'est elle qui a pris l'initiative du premier rendez-vous chez le médecin lorsqu'elle a remarqué des anomalies chez l'enfant. Ce parent traumatisé a donc aussi la lourde mission d'informer son partenaire. Il me paraît d'ailleurs plus adéquat d'informer les deux parents en même temps.

Dans cet entretien du médecin avec les parents, il ne doit pas seulement être question de les informer sur le handicap et ses implications. Il s'agit aussi de faciliter l'amorce d'une relation et de leur offrir une forme d'accompagnement sur le plan psychologique. Souvent le choc est si fort qu'ils n'ont pas pu comprendre dès la première fois tout ce que le médecin leur a dit. Il faut donc être prêt à répéter patiemment les mêmes informations dans les semaines suivantes et accepter qu'ils conservent encore l'espoir d'une erreur et qu'en fin de compte tout ira bien.

Facteurs qui peuvent influencer les réactions des parents

«Chaque parent s'exprime à partir de son expérience à nulle autre semblable car bien des variables la singularisent: c'est d'abord la nature du handicap. ...; son point d'impact...; son intensité et son évolutivité...; son symbolisme, sa prégnance et ses conséquences sociales... C'est aussi l'histoire de la famille..., sa structure..., l'insertion socioprofessionnelle du couple parental, son mode de vie et ses référents idéologiques, philosophiques ou religieux.» (Gardou, 1996, p. 17.)

La réaction des parents varie selon des paramètres individuels bien sûr, mais on constate, chez chacun d'entre eux, que c'est tout un univers qui s'écroule.

En effet, l'histoire de la relation entre un enfant et ses parents ne commence pas avec sa naissance mais beaucoup plus tôt, avec la gestation et la grossesse, et aussi dans l'imaginaire des parents ou même des grands-parents ou des frères et sœurs: sur le physique et la personnalité de leur enfant, s'agit-il d'une fille ou d'un garçon avec des cheveux noirs comme la mère ou blonds comme le père? Sera-t-il un idéaliste ou un réaliste, poète, avocat, constructeur, actrice, footballeur, doux, énergique, conventionnel... ? Si c'est un premier enfant, les parents entrent dans une toute autre phase de leur existence et celle-ci va modifier leur histoire individuelle et leur histoire de couple; l'enfant était-il désiré? A-t-il été conçu accidentellement ?

Les temps de la grossesse et de l'accouchement jouent également un rôle; il y a des femmes qui se sentent belles dans leur grossesse et heureuses de sentir croître un petit être humain dans leur ventre. Elles se rendent compte consciemment de la façon dont elles sont en train de devenir mères et prennent le temps de prendre plaisir de cet état. Souvent, même si le choc est violent, elles sont capables d'accepter le handicap de l'enfant plus vite que le père parce qu'elles ont déjà une relation avec leur bébé.

D'autres facteurs significatifs résident dans la personnalité des parents: leur attitude envers la vie en général (plutôt optimiste ou pessimiste?), leur manière d'être, leurs projets, notamment professionnels, liés à la naissance (la mère avait-elle envisagé de reprendre le travail après quelques mois ou de se consacrer à l'éducation de ses enfants?).

Un autre aspect déterminant dans les effets de l'annonce du handicap porte sur la nature et le degré de celui-ci. Je me souviens d'un grand musicien dont le fils était né intelligent, mais complètement sourd! C'était désastreux pour le père.

Ce qui joue aussi un rôle important, c'est la cause du handicap. On essaie de trouver un coupable qui ne peut être que soi-même ou le partenaire. Bien sûr, lorsque les parents ont une relation stable, ils s'entraideront plutôt; mais il y a aussi les grands-parents, les amis et les collègues qui participent à la recherche d'explications sur la survenue du handicap. La réaction de l'environnement est essentielle dans la phase initiale car les parents ont besoin qu'on leur exprime de la solidarité. Quelques parents ont honte de confier qu'ils ont un enfant handicapé. Dans un sondage effectué auprès de quarante couples, nous avons constaté que c'étaient surtout les pères qui

éprouvaient ce genre de difficultés comme si on pouvait penser qu'ils n'avaient pas été capables de générer un enfant sain ou que l'on mette en doute leur virilité; les femmes ont davantage tendance à parler à d'autres femmes de leurs problèmes et notamment à des thérapeutes.

Pour quelques parents, il est plus difficile d'accepter l'enfant handicapé lorsqu'il n'a pas le sexe désiré; cela signifie que les images et les constructions élaborées avant la naissance doivent être abandonnées peu à peu.

Il y a encore deux aspects qui, à mon avis, doivent entrer en considération; avoir déjà eu des enfants et la situation sociale des parents; pour une jeune femme sans partenaire, la situation est très angoissante si, à une position financière difficile, s'ajoute la naissance d'un enfant handicapé; même si l'on admet qu'avoir un enfant handicapé est difficile pour tous les parents, je suppose qu'une existence affective et matérielle stable aide la famille à apprendre à vivre avec le handicap.

Enfin, si les parents ont déjà un ou plusieurs autres enfants, il arrive que cela les aide à relativiser la situation.

... et alors tout s'écroula

«Aussi leurs réactions vont-elles de la négation («il n'est pas handicapé mais présente seulement un retard de développement») à la sublimation des pulsions mortifères («les parents s'efforcent d'être <exemplaires dans leur tâche parentale>»), en passant par la minimisation (ils cherchent, pour se rassurer, à relativiser: «Il comprend tout, c'est un enfant comme les autres»), la vérification (ils effectuent des visites multiples à des spécialistes dans l'espoir qu'un traitement plus adapté puisse être entrepris), ou encore la réparation par un autre enfant.» (Gardou, 1996, p. 19.)

L'enfant imaginé est perdu et il ne reste que la déception et le désenchantement. D'abord il y a le choc qui est tel que beaucoup de parents n'expriment pas d'emblée leurs émotions, ce qui, à tort, est confondu parfois avec de l'indifférence.

Le processus qui suit est comparable à celui du deuil décrit précisément par Elisabeth Kübler-Ross. Perdre l'enfant imaginé peut être aussi douloureux que de perdre un enfant réel par la mort et cela se répétera dans les différentes phases de la vie de l'enfant, même si l'intensité sera moins forte.

Avant de décrire les réactions émotionnelles possibles des parents, je précise qu'elles ne s'expriment pas nécessairement toutes chez chacun, ni dans cet ordre.

Ce qui est fréquemment la première réaction, c'est l'incrédulité: l'organisation psychique refuse d'intégrer une information aussi bouleversante; cette phase leur donne un peu de temps pour s'habituer au tour nouveau que prendra leur vie.

Une autre réaction est la négation: «Cela s'arrangera. Les médecins se sont trompés. L'enfant est malade, mais il guérira.»

La négation est éventuellement liée au sentiment de honte d'avoir un enfant déficient; il mène à la fuite intérieure (on s'illusionne que rien n'est arrivé), à la fuite réelle (le père, dans la plupart des cas, quitte la famille) ou la fuite sociale (on ne se montre pas en public avec l'enfant, et on ne parle pas du handicap de l'enfant avec d'autres personnes, hors de la famille ou même dans la famille).

Il faut essayer alors d'aider les parents à prendre un contrôle actif de la situation, les considérer comme compétents pour prendre des décisions dans l'intérêt de leur enfant. Pour cela, comme médecin ou psychologue, il est nécessaire de créer un climat et une relation de coopération: ils sont des partenaires à part entière dans les soins prodigués à leur enfant.

Deux réactions se développent au fil du temps, après l'annonce du handicap, ce sont la colère — contre les médecins, le conjoint, l'enfant, le monde, Dieu ou le destin — et la dépression — qui est la colère contre soi-même et le sentiment d'impuissance.

Dans le cas de la colère, il y a des parents qui menacent de porter plainte en justice contre les médecins (ou qui le font réellement). Pour le personnel médical il est très difficile de comprendre cette colère sans se sentir menacé. Si au contraire on réussit à la comprendre comme un effort d'assimilation sur le plan psychique et à accepter la personne avec sa colère, si on lui donne du temps et de l'attention, elle se calmera. L'acceptation de la colère peut être le premier pas vers la réconciliation.

La dépression, dans la phase initiale, est, dans une certaine mesure, bien compréhensible; dans ce cas, il s'agit de rendre aux parents leur compétence, ce qui empêchera qu'ils se noient dans une phase dépressive persistante. Dans beaucoup de cas cependant, la personne dépressive aura besoin d'assistance psychologique ou psychothérapeutique.

Dans la meilleure des hypothèses, le processus mènera à la phase de deuil et, au travers de cette dernière, à l'intégration du fait que la vie a changé radicalement, mais que l'on pourra «survivre». Pour les parents c'est une phase de douleur et de larmes; la prise de conscience a commencé. Elle va les rendre capables de voir et d'accepter leur enfant tel qu'il est, et même sentir de la joie ou de la fierté quant à son existence ou ses petits progrès, aussi minuscules qu'ils puissent être.

Comment l'histoire prendra un cours positif ?

Une direction positive, qu'est-ce que c'est ? Je pense à un petit garçon ou une petite fille handicapés qui ont une certaine confiance en soi et se réjouissent de leur vie; leurs parents ont réussi à les accepter tels qu'ils sont, sans surprotection, sans surestimation de leur handicap. Ils ont eu la possibilité de faire des expériences, même si, parfois, elles ont été frustrantes. Ils sont considérés comme des individus qui vivent de leur propre façon, avec un besoin d'assistance dans certaines situations. Quelquefois, leurs parents sont à nouveau tristes lorsqu'ils disent que cette fille ou ce garçon ne se développera pas comme les autres enfants. À d'autres moments, ils sont inquiets du futur; mais ils sont tout de même capables de voir les qualités de l'enfant et d'accepter que sa vie est, et sera, différente de celle des autres.

Son handicap n'a été ni minoré ni surestimé, mais accepté comme une dimension à prendre en considération. Il n'a été ni négligé ni surprotégé. Il a eu des traitements médicaux et thérapeutiques, mais pas excessivement; ses parents ont compris qu'il y a des limites quant à la récupération des déficits.

Un jour il sera un adulte qui sera capable de faire de son mieux pour vivre sa vie et il se sentira assez compétent pour trouver, dans le cadre de ses limites, des solutions dans les situations difficiles. Il sera capable de trouver un sens et une expression de sa sexualité.

Ses parents auront appris à ne pas se faire des reproches à eux-mêmes ou l'un à l'autre, et à se sentir assez compétents pour élever un enfant handicapé. Ils s'efforceront de faire ce qui est difficile pour tous les parents, mais surtout pour ceux d'un enfant handicapé, c'est-à-dire se détacher de l'enfant quand il devient adulte, et accepter qu'il ait une existence bien à lui.

Bien sûr, tout cela serait presque une histoire avec un «happy end», un scénario quasi idéal pour tous les enfants et les parents, même sans handicap. Mais lorsque je regarde les adultes handicapés avec lesquels je travaille, la réalité est souvent bien différente; les parents n'ont pas toujours réussi à les accompagner d'une façon adéquate; la vie avec un enfant handicapé reste très difficile; l'assistance psychologique et sociale est très récente et même encore aujourd'hui, très insuffisante.

Les besoins des parents dans cette phase initiale

« Comment parvenir à faire comprendre aux autres cette épreuve cruelle ? Comment leur dire l'indicible ? Comment leur transmettre l'intraduisible ? Comment leur communiquer l'histoire insensée de ces existences disloquées par la détresse d'une promesse de vie devenue tragédie ? Comment faire partager l'impartageable expérience d'un bonheur volé par le sort ? D'une irrémédiable béance ? » (Gardou, 1996, p. 14.)

Il est indispensable de les soutenir et les rassurer au moment de l'annonce du handicap. On a souvent constaté que ce que les parents retiennent du premier entretien c'est le diagnostic et le climat de la relation. Cet entretien devra être suivi de plusieurs autres.

Je suggère que le premier entretien soit mené conjointement par un médecin et un psychologue: le médecin communique des informations sur le diagnostic et les perspectives, et le psychologue les accompagne sur le plan émotionnel. Cette répartition des tâches est favorable aussi parce que la haine des parents est souvent dirigée contre le médecin; dans les semaines suivantes et en cas de besoin, le psychologue aura à les écouter, leur recommander de chercher des aides psychothérapeutiques.

Ce qui est essentiel, c'est que l'on prenne le temps pour le(s) premier(s) entretien(s). La négation du handicap s'exprime surtout à cause de la soudaineté de l'annonce, mais aussi lorsque les parents sont accueillis par des professionnels qui veulent s'en défaire très rapidement (voir Kübler-Ross, 1969).

Il faut ajouter que les médecins ont des efforts à faire pour se former au niveau des impacts psychologiques du handicap sur les familles, de l'écoute et de la communication.

Une des attitudes essentielles à avoir avec les parents est la compréhension empathique: on tente de se mettre dans la situation intérieure des parents. «Être empathique pour comprendre, c'est écouter en profondeur les mots, les pensées, les intonations, ce que cela signifie pour la personne qui parle, voire la signification qui se situe au-dessous de l'intention qu'elle exprime.» (Rogers, cité par Ducroux-Biass, 1999, p. 4.)

Lorsque l'on comprend ce que des parents ressentent dans une telle situation, il devient plus facile d'être patient et attentif. «L'accompagnement, dès le début et dans son for intérieur, accepte l'autre tel qu'il est dans sa présentation initiale, comme à chaque stade de son évolution, jusqu'au dénouement final. Il s'agit d'une disposition intérieure de l'accompagnant qui habille son regard, ses gestes, ses mots.» (Ducroux-Biass, 1999, p. 3.)

L'écoute inconditionnelle du médecin ou du psychothérapeute est une attitude qui aidera les parents à assumer progressivement leurs réactions difficiles et parfois contradictoires.

Une autre condition de l'Approche centrée sur la personne telle que l'a définie Carl Rogers est la congruence: «Cela signifie que le thérapeute soit lui-même, soit présent dans la relation, qu'il ne soit pas défensif à l'égard de ses propres sentiments envers le client.» (Pagès, 1986, p. 27.)

Comme je l'ai déjà mentionné plus haut, l'annonce du handicap n'est que le début d'un processus long et difficile. Il est absolument nécessaire de continuer à accompagner les parents, d'abord dans les premières semaines et ensuite de les assister dans leur nouvelle vie, au moins les trois premières années de l'enfant, tant sur les plans psychologique que pédagogique.

Conclusion

Il semble que depuis quelques années l'annonce du handicap dans les hôpitaux ait changé. On est plus attentif au contenu et à la forme de la communication avec les familles et à leurs émotions. Ce qui doit continuer à s'améliorer, c'est le regard des médecins sur le handicap; s'ils admettent en leur for intérieur qu'il est possible d'apprendre à vivre de manière assez satisfaisante avec un handicap, ils seront ouverts à un mode de relation plus sincère et plus direct avec les parents. Ils accepteront mieux aussi que ces derniers aient le droit de pleurer, d'être en colère et d'exprimer leur désespoir.

Nous avons voulu montrer ici que l'annonce du handicap réclame de l'humanité et de la compétence de la part des professionnels; elle est un moment fort dans la construction des liens entre les parents et leurs enfants.

Références

- Dolto F. (1985), *La cause des enfants*, Robert Lafont, Paris.
- Ducroux-Biass F. (1999), *L'écoute compréhensive*, Révision de «notes pour une conférence». Inédit.
- Gardou Ch. (1996), *Parents d'enfants handicapés. Le handicap en visage*, 2, Erès, Ramonville-Saint-Ange.
- Kegan R. (1982), *The Evolving Self. Problem and Process*, in *Human Development*, Harvard University Press, Cambridge, Ma., Londres.
- Korunka Chr. (Hrsg.) (1997), *Begegnungen: Psychotherapeutische Schulen im Gespräch. Dialoge der Perseoin-Centre*, Association Austria (PCA), Facultas Universitätsverlag, Wien.
- Kübler-Ross E. (1969), *On Death and Dying*, The MacMillian Company, New York.
- Mahler M. S., Pine F., Bergman A. (1975), *The Psychological Birth of the Human Infant*, Basic Book, Inc. Publishers, New York.
- Pagès M. (1986), *L'orientation non directive en psychothérapie et en psychologie sociale*, Dunod, 3^e édition.
- Pawlowsky G. (1992), *Wie werde ich wieder gesund? Wie Heilt der Personzentrierte Ansatz ?*, in Frenzel, Schmid, Winkler (Hrsg.) *Handbuch der Personzentrierten Psychotherapie*, Edition Humanistische Psychologie, Köln.
- Rogers C.R. (1959), «A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships as Developed in the Client-centered Framework», in S. Koch (Ed.), *Psychology: A Study of a Science, vol. III. Formulations of the Person and the Social Context*, McGraw-Hill, New York, pp. 184-256.
- Rogers C.R. (1961), *On Becoming a Person*, Houghton Mifflin Company, New York.
- Stern D. N. (1990), *Diary of a Baby*, Basic Books, New York.



RECHERCHE

L'ACP parmi les psychothérapies en Belgique
Jean-Marc Priels

ACP-PR | *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*

2007/2 - n° 6
pages 94 à 95

ISSN 1774-5314

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-approche-centree-sur-la-personne-2007-2-page-94.htm>

Pour citer cet article :

Priels Jean-Marc, « Recherche » L'ACP parmi les psychothérapies en Belgique,
Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche, 2007/2 n° 6, p. 94-95. DOI : 10.3917/acp.006.0094

Distribution électronique Cairn.info pour ACP-PR.

© ACP-PR. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Recherche

L'ACP parmi les psychothérapies en Belgique

En Belgique, ces dernières années, quelques études (Lietaer, Van Broeck et coll., 2003, 2005) et avis (CSH, 2005) de recherche commandités par le ministère de la santé publique ont tenté de faire un état des lieux et une synthèse de critères à retenir pour la formation de psychothérapeute. Quelques rapports ont été publiés et entrent dans le cadre de la recherche d'un cadre légal approprié à la psychothérapie. Il en ressort que les orientations psychothérapeutiques susceptibles d'être retenues devraient toutes pouvoir reposer sur une théorie de la personnalité ainsi que sur une théorie de la psychothérapie. En outre, ces théories devraient se fonder sur des données empiriques et sur des concepts validés par une tradition de recherche scientifique ou théorico-clinique. Le Conseil Supérieur de l'Hygiène retient ainsi provisoirement quatre approches: la psychothérapie à orientation psychanalytique et psychodynamique, la psychothérapie à orientation systémique et familiale, la psychothérapie à orientation comportementale et cognitive, et enfin la psychothérapie à orientation expérientielle et centrée sur la personne. Il ressort par ailleurs (Lietaer, Van Broeck et coll., 2003, 2005) que si, en Belgique francophone, l'orientation psychanalytique est la plus présente, suivie par l'orientation systémique, ce sont par contre l'orientation cognitivo-comportementale et celle centrée sur la personne qui sont les plus représentées en Belgique néerlandophone. Quant aux buts poursuivis par les psychothérapeutes, ils sont divers selon les orientations. Les psychanalystes visent la restructuration de la personnalité en thérapie de longue durée et sont peu enclins à utiliser des protocoles d'intervention; les systémiciens accordent de l'importance au contexte, à l'intervision et à la collaboration multidisciplinaire; les thérapeutes cognitivo-comportementalistes accordent plus d'importance au diagnostic et voient la psychothérapie empiriquement validée, utilisant des protocoles de traitement et comme une science plutôt que comme un art; enfin, les psychothérapeutes centrés sur la personne et expérientiels sont attentifs à la qualité de la relation de travail et au besoin de contact humain avec leur client (ibid). Le rapport qui mentionne ces conclusions indique aussi que le profil du psychothérapeute belge est peu uniforme, et qu'il serait à l'avenir essentiel de définir des critères de formation garantissant la qualité des pratiques offertes aux consultants.

Ces critères découlent de la définition même de la psychothérapie qui sera légalement envisagée. Les études dont il est question ici sont le fait de psychothérapeutes, de chercheurs scientifiques et enseignants universitaires favorables à la psychothérapie intégrative (Le Polain de Waroux et coll, 2005). Par ailleurs, considérant la psychothérapie comme une spécialisation d'un certain nombre de professions du secteur de la santé, le Conseil Supérieur de l'Hygiène recommande que toutes les formations à la psychothérapie soient accessibles aux détenteurs d'un diplôme de maîtrise ayant effectué un stage dans le secteur des soins de santé mentale, et ayant rempli les prérequis d'un enseignement en sciences humaines reprenant treize cours dont l'intitulé est défini. La formation théorique et technique spécifique en psychothérapie comprend un processus d'apprentissage intense, cohérent, intégré dans un cadre théorique particulier répondant aux exigences de la pratique; elle est dispensée par une instance de formation unique délivrant un certificat; celui-ci devrait ensuite être complété dans le cadre d'une formation continuée (CSH, 2005).

Jean-Marc Priels

Références

- Conseil Supérieur de l'Hygiène (2005). Psychothérapie: définitions, pratiques, conditions d'agrément, Avis du CSH n° 7855 — Approuvé par le groupe de travail le 21/06/2005 et validé par le collège transitoire le 13/07/2005. (http://squiggle.be/PDF_Matiere/Avis_CSH.pdf).
- Le Polain de Waroux, G., Baruffol E., Van Broeck N., Lietaer G., Dekeyser M. (2005). Orientations et intégration des psychothérapies en Belgique, *Bulletin de psychologie*, Tome 58 (3), N° 477, pp. 377-386.
- Lietaer, G., Van Broeck, N., Igodt, P. (2003). Profil professionnel du psychothérapeute en Belgique. Rapport sur le projet de recherche financé par le Ministère Fédéral des Affaires Sociales, de la Santé Publique et de l'Environnement (STA/1/4156). (http://www.snppsy.org/data/120_rapportpsy.pdf).
- Lietaer, G., Van Broeck, N. (2005). Doelstellingen en interventies in de vier psychotherapeutische hoofdoriëntaties: een vergelijkend onderzoek op basis van enquêtegegevens van belgische therapeuten, *Tijdschrift Cliëntgerichte Psychotherapie*, 43, 3, pp. 165-169.