

Carl Rogers

ou les paradoxes de la présence *(Suite)*

CHERCHANT à présenter la démarche de Carl Rogers dans le cadre des sciences de l'homme, j'ai tenté au cours d'un premier article, d'exposer tout d'abord quelques faits déjà classés dans sa vie. Je rappelais, entre autres, son origine presbytérienne, sa passion pour la science positive, au travers de l'agronomie, la découverte des conflits européens faite en Chine à vingt ans, un mariage précoce, une vocation religieuse, l'expérience d'une libre discussion au sein d'un séminaire libéral, l'apprentissage simultané de la psychothérapie infantile et de la psychologie expérimentale, ses débuts laborieux de praticien au service de "l'enfant-problème" aboutissant en 1940 à une brillante carrière universitaire. J'achevais cette énumération en notant que celle-ci fut marquée, dès le départ, par un caractère non conformiste, soulevant la contestation, aussi bien dans la forme de son enseignement, insolite à beaucoup d'égards, que dans ses activités théoriques et pratiques, en thérapie, en pédagogie et dans la science des relations.

J'ai rendu compte, en second lieu, de la diversité et de la nature des aspects réactifs que provoqua sa récente venue en France, au cours de deux manifestations, notamment un colloque réunissant autour de lui quatre cents personnes en un énorme test vivant. Rogers était-il "rogérien", sa "non-directivité" était-elle dérobade ou présence forte, sa "non-complication" était-elle vigueur délibérée ou insuffisance, sa présence affective était-elle sentimentalisme ou communication, ses concepts sont-ils contradictoires ou paradoxaux ?

Le développement passionnel des querelles autour de ces questions m'avait enfin conduit à proposer quelques lignes d'analyse. J'évoquais la situation d'un grand groupe parcouru par des ondes émotionnelles et des transférations d'agressivité se localisant autour de la figure d'autorité la plus marquée. Je décrivais également la position complexe de Carl Rogers luttant pour rester lui-même sans céder aux attaques et aux influences qui le pressaient de se *conformer* à des images et à des rôles prédéterminés au gré des uns et des autres en raison de la lecture de ses oeuvres, aussi bien que la difficulté des participants à vivre des communications dont il avait fait la théorie. Pour finir, je résumais les premiers reproches qui filtraient au travers de ces trames d'analyse: mélange permanent de pragmatisme et de conceptions générales, simplisme ou simplicité de ses formulations conceptuelles, audace à approcher d'un "immédiat non critique" et à traiter avec les sentiments

notamment "positifs", hostilité marquée à l'égard de la psychanalyse et enfin optimisme troublant.

RÉFLEXIONS ET APPROXIMATIONS

En ce point de la présentation de Carl Rogers, après hésitations, il m'a semblé utile, avant d'exposer ses concepts et ses "hypothèses" de travail, comme éléments du dossier présenté à l'appréciation directe du lecteur, d'exprimer personnellement comment je m'explique pour une part les griefs qui lui sont faits. Il m'a semblé que cette nouvelle "approximation" permettrait de mieux situer ensuite la "lettre" de ses positions.

Projet d'unification Je relèverai tout d'abord chez Carl Rogers une tentative obstinée *d'unification* : entre l'action concrète et des conceptions générales, entre ce qu'il fait en thérapie et ce qu'il fait en pédagogie, entre ce qu'il agit en pratique clinique et ce qu'il met en oeuvre dans ses activités de recherche scientifique, entre ce qui s'accomplit en lui et ce qui se réalise dans les autres, entre ce qui se passe dans une relation à deux et ce qui se produit dans une expérience «intensive» de groupe, entre le développement des relations interpersonnelles et l'évolution des institutions sociales.

La mise en rapport de tous ces domaines a été permanente dans ses exposés au colloque (comme elle l'est dans son oeuvre). Il y a là de quoi heurter beaucoup de spécialistes. Ce fut le cas notamment pour psychiatres et thérapeutes (on le vit plus explicitement au séminaire de Dourdan) qui jugeaient inadéquat de s'exprimer sur la thérapie devant un public hétérogène.

Ce projet difficile correspond d'autre part à une conception qui peut s'opposer à celle de la psychologie individuelle. Les psychosociologues savent comment une telle conception "galiléenne" en psychologie sociale a été définie, dans un article célèbre, par Kurt Lewin (dont l'oeuvre a influencé explicitement Rogers qui le cite)

La perspective de Bruno, de Kepler ou de Gaulée est déterminée par l'idée d'une compréhension unitaire de la totalité de l'univers. La même loi doit gouverner la course des étoiles, la chute des pierres et le vol des oiseaux. Cette homogénéisation du monde physique au niveau de la validité de la loi supprime la division des objets physiques en classes rigides, abstraitement définies. Celles-ci avaient une signification stratégique dans la physique aristotélicienne qui considérait que l'appartenance à une classe abstraite déterminait la nature concrète de l'objet¹.

¹ Kurt LEWIN, *Psychologie dynamique*, P.U.F., 1959,

En psychologie sociale et en sociologie, de même, une homogénéisation du monde social doit entraîner, à terme ou plus tôt, un effacement non pas des tensions et des processus, mais des frontières, des classes et des distinctions rigides. D'autres phénomènes, différents apparemment et disjoints, peuvent être rassemblés, et d'autres structurations, grâce à la mise en évidence de lois plus générales, peuvent apparaître. On devine

que ces conceptions peuvent provoquer des protestations et des procès de tendances politiques ou d'irréalisme². Les tensions sont trop évidemment installées en conflits « surdramatisés » dans la vieille Europe - Rogers prend-il la bonne voie pour son projet?

Economie de concepts

Je pense qu'on doit entendre dans cette perspective unitaire le sens d'une affirmation de Rogers telle que

2 On notera cependant la remarque de René Schérer, dans *Structure et fondement de la communication humaine* (Sedes, 1966), citée par Jean Lacroix dans *Le Monde* du 19 novembre 1966 « La découverte essentielle de Marx n'est sans doute pas la découverte des classes sociales, ni même celle de la lutte des classes, mais la mise en relation des classes avec des phases de la production déterminée historiquement, et avec la possibilité d'une abolition des classes. »

Je suis de plus en plus convaincu que nous finirons par découvrir, en ce qui concerne la personnalité et le comportement, des lois aussi significatives pour la compréhension humaine ou le progrès humain que celles de la gravité et de la thermodynamique⁽²⁾

Cette préoccupation des lois centrales entretient par suite, en lui, la volonté d'une économie de concepts théoriques et des comportements pratiques corrélatifs : sa logique d'unification l'engage ainsi à rechercher des formulations et des procédures qui soient *transitives* d'un ordre d'application à un autre ordre d'application; elle l'invite à dépouiller ses idées de toutes les superfétations et à découvrir un noyau structurel commun à des attitudes intérieures aussi bien qu'à des relations sociologiquement différenciées.

Une telle recherche, un tel dépouillement ont leurs risques: les concepts opératoires peuvent paraître superficiels en raison de leur polymorphisme, ou bien naïfs et obsédants; leur transitivité peut être glissement. Ils peuvent aussi apparaître saper certaines constructions d'herméneutique toujours plus compliquée (et qui, je dois l'avouer, me font penser incoerciblement à la beauté passée du système de Ptolémée. On doit dire aussi que le choix des concepts minimums et leur mesure opératoire apparaît redoutable et qu'il n'est pas aisé de se mettre d'accord, surtout dans l'ordre de l'expérimentation sociale.

Immédiateté et affectivité

J'essaie de m'expliquer à moi-même ce que fait Rogers en observant comment ses objectifs solidaires d'unification, d'économie conceptuelle et de transitivité sont poursuivis par lui dans sa praxis. Les mobiles de toute action font chez lui l'objet d'une *réflexion immédiate* pour être reliés à un corpus théorique qui se transforme de façon permanente à leur contact en sorte que naissent de nouvelles formulations dont les conséquences font à leur tour l'objet d'une validation pratique⁴. Mais cette validation s'effectue en évitant de séparer concepts et vécu, idées et affectivité, critères et sentiments; *en ne se protégeant pas* contre les échanges énergétiques à *tous les niveaux*, et donc au niveau émotionnel, et sous toutes les formes de l'immédiateté.

Il est intéressant de voir, à cet égard, la construction d'un de ses exposés : sentiments personnels, puis théorisation, retour à des relations directes de dialogues vécus, classements selon des critères opératoires de tranches d'expérience, théorisation, expression à nouveau de sentiment, voire d'émotion. En cette façon Rogers tente de se rendre présent à chaque instant de façon aussi bien générale qu'affective, en sorte que l'auditeur

4 Rogers distingue lui-même, dans le développement de son " entreprise théorique et expérimentale", les stades suivants "Observation clinique, conceptualisation provisoire, énonciation d'hypothèses. Observation cliniques conceptualisation plus rigoureuse de la relation en cause et de ses relations fonctionnelles, définitions opérationnelles plus raffinées, recherches mieux établies." (Dans Marain KINGET et Carl ROGERS psychothérapie et relations humaines, t 1 p.174; voir aussi p. 244)

peut aussi bien suivre que refuser. Il y a dans ce va-et-vient pratique une exigence *d'immédiateté* dans la relation à soi comme à autrui, aussi bien que dans le rapport entre les concepts et les actes, les hypothèses et les procédures d'échanges, l'expérience intégrée et la théorisation continue.

Mais cette *immédiateté* ne saurait être arrêt, fixité, naïveté : par construction même elle engendre une *évolution* d'ensemble, elle coïncide à chaque instant à une dynamique. La vie est un *flux* mouvant, un "going on", qui emporte en avant, et où il faut savoir se laisser emporter. On peut penser à Bergson (et à quelques autres) en prenant connaissance du dernier des quatorze enseignements, en lesquels Rogers résume ce qu'il a fondamentalement appris: "*La vie, dans ce qu'elle a de meilleur est un processus d'écoulement, de changement où rien n'est fixe*"⁵ "

On comprend que Rogers n'ait pu dans un colloque livrer, tout de go, des réponses à des problématiques intellectuelles : il invoquait des expériences, du matériel, des intuitions tout en suivant l'évolution même des questions posées par l'auditoire, et l'espèce de symphonie dissonante où le dialogue s'informait. On conçoit aussi qu'une fidélité au mouvement peut apparaître comme un flottement: des rives, des pentes, des estuaires sont inéluctables. Mais seront-ils occasion d'amarrages, voire d'enlacements ou bien des repères pour une navigation? Tout en comprenant la juste alerte de Rogers contre les dogmatismes et les intégrismes, je lui ai personnellement dit comment, pour moi, des dogmes, définissant des confiances et des modes d'accession à des faits, m'aidaient à entrer en contact loyal avec autrui.

Subjectivité

L'accent placé sur l'immédiateté conduit évidemment Carl Rogers à réintroduire de façon radicale la *subjectivité*⁶, au sein même de la thérapie, de la pédagogie et des sciences sociales. Il a rappelé lui-même l'étonnement de ses éditeurs devant une préface contenant des déclarations comme celles-ci:

6- "Il est important de garder présent à l'esprit, énonçait Lewin, que la validité générale de la loi et le cas concret du caractère individuel ne sont pas contradictoire et que la référence à l'intégralité de la situation totale concrète doit se substituer à la référence à la collection la plus étendue possible de cas historiques de caractères fréquent" (idem p. 63)

*Ce livre est relatif aux plus personnelles expériences de chacun de nous. Il est relatif au client chez moi qui est assis là au coin du bureau, luttant pour être lui-même, et cependant mortellement effrayé d'être lui-même... Ce livre est relatif à moi, en tant que je suis assis là avec le client, lui faisant face, participant à ce combat aussi profondément et sensiblement que j'en suis capable... Il est relatif à moi en tant que je déplore ma très humaine faillibilité à comprendre le client, et les défaillances occasionnelles à voir la vie comme elle lui apparaît... Ce livre est, je crois, relatif à la vie, la vie comme elle se révèle de façon éclatante dans le processus de thérapie, avec sa puissance aveugle et sa terrifiante capacité de destruction, mais aussi avec son élan compensateur vers la croissance, si la possibilité de croître lui est fournie. Mais ce livre est aussi relatif à mes collègues et à moi en tant que nous entreprenons les débuts d'une analyse scientifique de cette apparence vivante, émouvante. Il est relatif aux conflits à cet égard*⁷

7 Carl ROGERS, *Client-centered Therapy*, Houghton Mifflin Company, Boston, 1951, p. X, XI, XII.

L'invitation à la subjectivité peut déconcerter: on peut croire qu'elle est voyage sur un océan de "bons sentiments". On peut oublier le courage qu'elle implique pour soi et pour autrui. On peut hésiter à aborder le

8 Cf. L'hypothèse de Rogers, dans une note ronéotypée sur "le processus du groupe de base" : "...les sentiments positifs profonds sont beaucoup plus difficile et dangereux à exprimer que les sentiments négatifs. Si je dis : "Je vous aimez", je suis vulnérable et sujet à une réjection des plus affreuses. Si je dis : "Je vous hais", on peut au maximum m'attaquer, ce contre quoi je peux me défendre."

9. "D'après la conception traditionnelle, seules les impulsions "mauvaises", socialement défendues, font l'objet du refoulement. D'après nos observations, cette conception du refoulement est inadéquate. En effet, l'expérience clinique montre que, bien souvent, les sentiments les plus profondément refoulés sont nos sentiments positifs, d'amour, de bonté, de confiance." (Rogers, dans KINGET et ROGERS, op.cité, p. 172).

voyage. On peut aussi trouver Rogers imprudent, en oubliant le pas à pas de sa démarche. Ce qui m'a frappé personnellement, c'est la gêne évidente éprouvée par beaucoup de Français devant l'expression de sentiments positifs⁸. Pour un psychologue ou un psychosociologue comme pour les thérapeutes, recevoir correctement de l'agressivité paraît sûr. Mais accueillir de l'affection paraît troublant et dangereux : on identifie cet accueil à du laisser-aller et on fait trop souvent en sorte qu'il ne soit pas possible de l'effectuer dans une situation appropriée intuitivement et intensément appréciée. On accentue donc des dénivellations et des distances : comme si la subjectivité ne pouvait jamais conduire à l'intersubjectivité; comme si les sentiments ne pouvaient être épurés; comme si la négativité l'emportait *toujours* sur la positivité; comme si l'amour, toujours suspect, ne pouvait être aimé.

J'ai acquis la conviction, au cours du séminaire et du colloque, qu'en ce point où il touche fortement des orthodoxies psychanalytiques et les croyances des psychologues, Rogers pose une question décisive. Et je fais volontiers l'hypothèse que beaucoup de lenteurs, d'échecs et de ratés en thérapie, dans le travail de groupe ou dans les relations humaines, proviennent de l'incapacité de consentir, en temps et situations appropriés, à accueillir des sentiments positifs, et à les partager dans la sincérité autant qu'en nous ils ont un écho immédiat⁹. Une acceptation mûrie des sentiments positifs ne me paraît pas, au demeurant, coïncider avec une fuite de conflits. Rogers sait montrer comment il subit les agressivités aussi bien que les difficultés qui suivent l'expression des affections!

Optimisme

Immédiateté, évolution et subjectivité : il en résulte que Rogers se découvre dans les courants de la *phénoménologie* et du *personnalisme*, et qu'il marche à rebours de la psychanalyse. Car, pour lui, c'est ce qui est *immédiatement saisi par la conscience* d'un individu qui doit être pris en considération dans une relation, et non pas les détours des significations anciennes ou tacites. Celles-ci, indéfiniment proliférantes, sont aisément des prétextes pour se dégager du contact; leur poursuite systématique peut expliciter des comportements de suspicion ou des tendances dominatrices.

Mais la question dès lors posée est aussi celle des buts, et par suite de l'optimisme. Un individu qu'on tolère dans la réduction d'un discours immédiat, est-ce qu'on l'aide authentiquement ? Ou bien ne l'encourage-t-on pas à se tromper ? Peut-il évoluer de façon raisonnable ? Peut-on s'en remettre à ses intuitions et à ses approximations ? Et que peut-on faire pour lui : la présence du thérapeute a-t-elle une signification ? L'optimisme est-il en lui une façon de se masquer le problème du mal, ou une option méthodologique vérifiée par l'efficacité de son action ? Et peut-on être authentique ? Peut-on être confiant en face d'un être humain ?

LES CONCEPTS HABITUELS DE ROGERS

Il me semble qu'il faut maintenant au lecteur se faire opinion sur ces questions en regardant directement les concepts et les hypothèses de

Rogers. J'ai le sentiment d'une approximation nouvelle: je souhaite qu'elle invite à recourir à une étude directe dans les textes, à défaut du contact de Carl Rogers lui-même.

Le « client »

L'interlocuteur, "l'autre", est pour Rogers, dans son activité professionnelle, essentiellement un "*client*". Par ce mot substitué à ceux d'élève, d'inférieur ou de patient, de malade, de "ces gens-là", et d'autres mots plus ou moins péjoratifs qui sont vécus comme des marques de supériorité, Rogers signifie qu'un interlocuteur est pour lui une personne qui vient voir une autre personne dans une visée d'échange et de liberté, donc selon un projet de réciprocité. La relation contractuelle avec un "client" doit, par suite, s'établir à son niveau, là où il la recherche, sans détour ni feinte ni perspective de déplacement : le spécialiste quel qu'il soit (formateur, pédagogue, psychologue, conseiller, thérapeute, voire parent ou ami) n'a pas à rechercher une position privilégiée dans *l'immédiateté de la situation* (de conseil, de pédagogie, de thérapie ou de commandement), même s'il s'est préparé à cette relation par sa vie et sa réflexion. Toute distance, toute protection en sa faveur (un diagnostic même) mettraient en cet instant le "client" en défaut, accentueraient par conséquent sa vulnérabilité, accroîtraient ses défenses et leurs contradictions : et il en serait de même de tout habillage de soi. Le spécialiste s'efforcera donc d'être aussi *non défensif* que possible en présence de son "client", afin d'être lui-même "et non pas une façade, un rôle ou une prétention". Car nos masques et nos rôles sociaux ou nos "positions" sont des moyens d'action grâce auxquels nous pressons sur autrui en nous déroband à la relation interpersonnelle, à l'intersubjectivité qui pourraient s'établir: par crainte de celles-ci, par défense contre elles, par goût de supériorité. Le spécialiste doit à chaque moment de son travail être arraché à ses facilités, à son isolation, à son clan: il doit transcender sa spécialité et redevenir la personne qu'il est. Pédagogie "centrée sur le client", thérapie "centrée sur le client", commandement "centré sur le client", "clientcentered" : Ainsi Rogers consent donc à caractériser sa démarche, malgré sa précaution à l'égard des expressions standardisées.

Le "growth"

Dans cette démarche, c'est l'individu qui est donc "le foyer (*focus*), et non pas le problème. Le but n'est pas de résoudre un problème particulier, mais d'aider l'individu à se développer (*grow*) de telle sorte qu'il puisse affronter le problème présent, puis les problèmes ultérieurs, de façon mieux intégrée⁽¹⁰⁾. Le concept de *growth*, de développement, s'impose alors à la pensée de Rogers, depuis ses expériences agronomiques les plus primaires pourquoi, devait-il dire à Paris, l'homme serait-il le seul être à ne pouvoir pousser, à ne pas savoir se développer, à condition qu'on lui laisse ou qu'on lui en donne la possibilité, la liberté⁽¹¹⁾ ? Rogers a utilisé également l'expression de "*tendance actualisante*". Ces termes explicitent toute propriété potentielle de tout être que Rogers a précisé indifféremment sous la forme clinique (« le client possède, potentiellement, la compétence nécessaire à la solution de ses problèmes¹²») ou sous une forme naturaliste ("tout organisme est animé d'une tendance inhérente à développer toutes ses potentialités et à les développer de manière à favoriser sa conservation et son enrichissement¹³)

10 C. ROGERS, Counseling and psychotherapy, 1962 p. 28

11 Rédaction de René Lourau, dans *Combat* du 11 mai 1966. Le paragraphe était sous-titré "des patates et des hommes".

12 Kinget et Rogers P. 204.

13 Kinget et Rogers p. 162

L'image de soi Le besoin de croissance (*growth*) est incoercible. Il s'effectue au sein d'un être personnel grâce à l'élaboration d'une *image de soi-même* qui organise de façon dynamique l'actualisation des potentialités, le contrôle des conduites. Cette image, cette idée de soi, se développe comme une forme dynamique, comme une *gestalt* qui *rehausse* et *présERVE* l'expérience directement acquise par l'individu dans l'expression de sa totalité organique. Mais cette image se découvre dans la relation à autrui. Cette relation entraîne des processus constants de révision et de modification dans l'image que chacun se fait de soi-même. Au cours de ces processus où des angoisses apparaissent (comme un effet de déplacement ou de dissipation d'énergie, une sorte d'"effet Joule" dans la résistance à la relation inter-personnelle), l'individu peut se placer défensivement, en *dépendance* affective et en *imitation* pour éviter celles-ci. Dans ce cas, par inertie ou par insécurité, "il évalue son expérience en fonction de critères empruntés à autrui au lieu de l'évaluer sur la base de la satisfaction (ou du manque de satisfaction) vécue, réellement éprouvée. Autrement dit, il attache une valeur soit positive soit négative aux divers éléments de son expérience en tenant compte, non de leur effet favorable ou défavorable à son actualisation, mais en se basant sur l'échelle des valeurs d'autres individus¹⁴» Ce qui n'est pas communiquer mais imiter.

14 Kinget et Rogers p. 186

"Authenticité et congruence"

L'être en arrive alors à un désaccord interne plus ou moins prononcé, à une aliénation : son *authenticité* est atteinte. Car une partie de son expérience immédiate ou passée est soustraite à sa conscience, pour des considérations qui lui sont extérieures. La tendance actualisante est déviée de ses orientations propres. L'individu devient "vulnérable" sa personnalité, dans ces conditions, fonctionne de manière agressive et coûteuse, ses perceptions deviennent rigides pour intercepter des sentiments vécus devenus partiellement incompatibles avec l'image qu'il se forme de lui-même et qu'il n'ose plus laisser évoluer. L'individu, intérieurement compliqué, s'enferme dans le soutien simpliste d'un groupe conformiste et de modèles d'action fermés.

En sens inverse, l'individu peut avoir préservé sa liberté, son authenticité: il peut dans certaines relations être "congruent" à son expérience telle qu'elle se développe avec autrui. C'est en lui-même qu'il trouve alors la base et les références d'appréciation des sentiments qu'il éprouve immédiatement. Et ce qu'il éprouve est constaté par lui, avec les *limites* que cela implique¹⁵ : on peut dire, dans ce cas, que l'individu, en état d'authenticité ou de congruence, *s'accepte* activement, c'est-à-dire qu'il *se prend en compte* sur la *totalité* de ce qui est *émergeant en lui*. Et cette acceptation de soi est acceptation d'évolution, sous la poussée du *growth*. S'accepter revient à être mobile, et utiliser la "négation" pour défaire les liaisons établies et défensives : cela revient à être vraiment *présent* à soi-même.

15. Cf. HEGEL e Le savoir ne se connaît pas seulement soi-même, mais encore le négatif de soi-même, ou sa limite » (La *Phénomé,~olog~e de l'Esprit* trad. Hyppólite. Aubier, Paris, 1939, t. 11, p. 311>.

"Empathie"
et "considération
positive
inconditionnelle"

Mais la congruence, l'acceptation authentique permettent d'entrer en relation avec autrui de façon exacte, en prenant garde de ne pas se projeter sur autrui, de ne pas s'identifier à lui. L'acceptation de soi peut alors s'accompagner d'« empathie » pour autrui, c'est-à-dire de participation à ses sentiments exercée sans confusion ni défensivité : ce que ressent un client peut être perçu en se mettant de son point de vue, mais sans prendre sa place. « Puis-je me permettre d'entrer complètement dans l'univers des sentiments d'autrui et de ses conceptions personnelles et les voir sous le même angle que lui? Puis-je pénétrer dans son univers intérieur assez complètement pour perdre tout désir de l'évaluer ou de le juger¹⁶? »

16. Le développement de la personne, p. 42

17. *Idem*, p. 49

Rogers précise "Lorsque le thérapeute arrive à saisir *instant par instant* ce que le client éprouve dans son monde intérieur comme le client le voit et le sent, sans que sa propre identité se dissolve dans ce processus empathique, alors le changement peut s'opérer"¹⁷ Une telle empathie ne peut être soutenue qu'autant qu'une attention positive à autrui et à soi se réalise de façon aussi inconditionnelle que possible, car toute restriction de l'écoute d'autrui ou de soi, toute censure reviendra à établir un jugement, une défense, ou à perdre une partie de sa propre congruence. Cette "*considération positive inconditionnelle*" (présence d'autrui sans approbation ni rejet, sans pression ni éloignement), cette "confirmation" selon le terme de Buber que cite Rogers, est difficile à maintenir; elle doit sans cesse être contrôlée et étendue sans restreindre la spontanéité vivante intégrée par le spécialiste devant son client.

La "compréhension"

Mais comment empathie et considération positive inconditionnelle peuvent-elles émerger au sein d'un dialogue, de façon non ambiguë, selon des opérations contrôlables et contrôlantes ? Il importe que le "spécialiste", le pédagogue ou le thérapeute, parvienne à communiquer au client qu'il a perçu avec attention les sentiments et les penser exactement comme ce client les a perçus. C'est à quoi répond la technique opératoire de la réexpression (du reflet ou encore de la réflexion, voire du "miroir"): le spécialiste, *concentré sur les messages du client*, les *réexprime* en explicitant leur contenu affectif aussi bien qu'intellectuel, pour "faciliter la communication du client avec lui-même dans le sens où lui-même la dirige".

Il lui est possible en s'inspirant de cette technique non directive, de communiquer avec les interlocuteurs en s'abstenant de "diriger le processus d'information du client sur lui-même" et en n'apportant aucune structure (de perception, de valeur ou de but) par laquelle il se substituerait à lui. La non-directivité est donc, opératoirement: "non-substitution au client dans son activité structurante. Et, en contrepartie positive: intervention en vue de l'information du client lui-même - *d'autre part*, non-directivité de ce processus d'information. Positivement: facilitation d'un processus spontané de communication du client avec lui-même¹⁸".

18. Max PAGES, *L'Orientation non-directive*, Dunod 1965, p. 43.

Ce mode de comportement dans la relation est appelé par Rogers "compréhension". On doit observer qu'il ne doit pas être pratiqué de façon systématique, comme certains débutants ont tendance à le faire :

sous peine de devenir un "tic", et une manière défensive de refouler la situation et la possibilité d'intersubjectivité. il ne doit pas non plus être une façon détournée d'exposer ses propres sentiments. Rogers a insisté sur ce point :

19. Kinget et Rogers
p. 191

Il n'est donc pas nécessaire que le thérapeute fasse part, de façon verba~le, des sentiments qu'il éprouve à l'égard du client. La véritable communication des choses de ce genre se fait généralement de façon non intentionnelle par quelque remarque fortuite ou quelque expression de physionomie spontanée ¹⁹,

La "personnalité
fonctionnant
Pleinement"

La compréhension doit donc devenir souple. Loin d'être vécue comme une «règle » fonctionnelle et absolue, ainsi que cela fut exposé à la stupéfaction de Rogers, elle doit être exercée, mais afin d'être pratiquée de façon de plus en plus libre, fluide, intégrée à la situation. Elle doit résulter d'une personnalité "fonctionnant pleinement", de façon "organismique" dans une "approche existentielle". La personnalité "fonctionnant pleinement" (*fully alive*) "est plus apte à vivre pleinement dans chacun de ses sentiments et chacune de ses réactions et avec eux".

20. Le développement de la
personne, p. 45

Elle fait usage de plus en plus de son équipement organique pour sentir, aussi exactement que possible, la situation existentielle de l'intérieur et de l'extérieur. Elle fait usage de toute l'information que son système nerveux peut ainsi lui fournir, l'utilisant en pleine conscience, mais reconnaissant que son organisme peut être, et souvent est en effet, plus sage que sa conscience. Elle est plus apte à permettre à son organisme total de fonctionner librement dans toute sa complexité en choisissant, parmi la multitude des possibilités, la conduite qui à ce moment donné sera plus généralement et plus authentiquement satisfaisante ²⁰.

21, Idem, p. 66

Dans la souplesse de son fonctionnement, la personnalité du thérapeute, ou du spécialiste ou de l'enseignant, peut s'autoriser à dépasser sa "compréhension", en explicitant parfois des *sentiments positifs*, voire *négatifs*, à l'égard du client, dans la mesure où leur expression est "appropriée aux réalités de la situation" ²¹: il ne s'agit nullement, note Rogers, à partir d'études faites en commun avec des psychologues expérimentés qui ont subi une psychanalyse, de phénomènes de transfert ou de contretransfert "dont la caractéristique est de se produire uniquement dans un sens et d'être inappropriés aux réalités de la situation" ²² ". L'expression de sentiments positifs est d'ailleurs difficile à articuler ou à recevoir, plus que celle des sentiments négatifs, comme nous l'avons déjà dit.

22, Idem, p. 66

Au point où nous en sommes, il me semble nécessaire de citer un extrait d'entretien où les concepts et les modes opératoires qui leur sont corrélatifs peuvent éventuellement apparaître, de façon plus concrète. On sait que Rogers a très laborieusement étudié (avec un appareil scientifique important) et publié, à partir d'enregistrements intégraux, de nombreuses transcriptions de séances de thérapie. L'extrait présenté ici pourra apparaître, à première vue, simple. Le lecteur non averti pourrait

laisser de côté, dans une lecture cursive, la multiplicité des choix faits par le thérapeute dans ses réponses (précautions pour ne pas interpréter ou questionner, pour ne pas rester à distance, ni éluder son propre émerveillement, pour ne pas orienter le discours, etc.). On verra que le thérapeute intervient souvent de façon naturelle, sans rechercher le brio: ce qui est techniquement plus original qu'on ne pourrait le supposer. Voici donc un morceau du trente-huitième entretien d'une femme mariée, ayant largement dépassé la trentaine, Mme Oak: au début de l'entretien, celle-ci "a eu beaucoup de mal à se mettre en route, se sent bloquée émotionnellement et ne peut arriver à mettre le doigt sur le sentiment qui s'accumule en elle" ²³

LA CLIENTE: Il me semble que ce n'est pas de la culpabilité (un silence, elle pleure). Bien sûr, je veux dire, je ne peux pas encore le formuler. (puis avec une bouffée émotionnelle.) C'est simplement qu'on m'a fait terriblement mal.

LE THERAPEUTE: H-hm oui. Ce n'est pas de la culpabilité, sauf dans le sens que vous avez d'une certaine façon reçu une profonde blessure.

C : C'est... vous savez... je m'en suis souvent rendu coupable moi-même, mais plus tard quand j'ai entendu des parents dire à leurs enfants "cesse de pleurer!", j'ai eu un sentiment, et ça m'a fait mal; eh bien pourquoi est-ce qu'ils leur disent de cesser de pleurer? Ils s'apitoient sur eux-mêmes, et qui a plus de raison de s'apitoyer sur lui-même que l'enfant? C'est comme si... je veux dire... je pensais qu'ils auraient dû le laisser pleurer. Et s'apitoyer sur lui eux aussi peut-être. D'une manière plutôt objective. Eh bien c'est... c'est quelque chose dans ce genre-là que *j'ai* éprouvé. Je veux dire, maintenant, juste maintenant. Et dans... dans...

T : Vous décrivez un peu mieux la saveur de ce sentiment: c'est presque comme si vous pleuriez vraiment sur vous-même.

C : C'est ça. Et aussi, vous voyez, il y a un conflit. Notre civilisation est telle que... je veux dire on ne doit pas se laisser aller à s'apitoyer sur soi. Mais ceci n'est pas... je veux dire... il me semble que cela n'a pas tout à fait ce sens-là. Peut-être que si.

T : Vous avez l'air de penser que la civilisation vous empêche d'éprouver de la pitié pour vous-même et cependant il vous semble que le sentiment que vous éprouvez n'est pas tout à fait celui que la civilisation interdit.

C : Et bien entendu j'en suis arrivée à.. à voir et à sentir tout ceci, vous voyez... j'ai refoulé mes sentiments (elle pleure)... Mais je les ai refoulés avec tant d'amertume que j'ai dû ensuite dissimuler cette amertume (pleurant). C'est ça dont je veux me débarrasser! Ça m'est presque égal si ça me fait mal.

T : (Doucement et avec une tendresse empathique à l'égard de sa cliente.) Vous sentez qu'ici, à la base de votre expérience, il y a le sentiment que vous pleurez vraiment pour vous-même. Mais cela vous ne pouvez pas le montrer, vous ne devez pas le montrer, si bien que ça a été masqué par une amertume que vous n'aimez pas, dont vous voudriez vous débarrasser. Vous sentez que vous préféreriez absorber la souffrance que de... que d'éprouver l'amertume (silence). Et ce que vous semblez dire très fortement c'est : j'ai mal et j'ai essayé de le refouler.

C : Cela je ne le savais pas.

T : hm... oui... c est vraiment comme une nouvelle découverte.

C : (Parlant en même temps que lui.) Je ne l'ai jamais vraiment su. Mais c'est... vous savez... c'est presque physique. C'est, c'est comme si je regardais à l'intérieur de moi-même et que je voyais toutes sortes de... de terminaisons nerveuses et de morceaux écrasés (elle pleure).

T : Comme si certains des aspects les plus délicats de votre personne physique avaient été écrasés ou blessés.

C : Oui... et vous savez j'ai le sentiment que je suis malheureuse! (silence).

T : Vous ne pouvez pas vous empêcher d'avoir beaucoup de peine pour cette personne qui est vous.

C : Je ne pense pas que j'ai du chagrin pour la personne tout entière. C'est un certain aspect de la chose.

T : Vous avez du chagrin de voir cette blessure.

C : C'est ça ²⁴

24. idem, p. 76-77.

DEUX HYPOTHESES DE TRAVAIL

Aux concepts que nous avons présentés, correspondent deux hypothèses de travail que Rogers a été conduit à poser au centre de son expérience de personne agissant en pédagogie, en thérapie ou dans des relations diverses, et que nous formulerons diversement.

Hypothèse de "l'orientation positive"

Quelle que soit la détérioration de leur authenticité, quel que soit leur état de dépendance et d'agressivité,

« *mon expérience m'a montré que, fondamentalement, tous les hommes ont une orientation positive* ». Rogers ajoute

Je ne voudrais pas être mal compris. Je ne crois pas avoir une vue naïvement optimiste de la nature humaine. Je suis tout à fait conscient du fait que, par besoin de se défendre contre des petits internes, l'individu peut en arriver à se comporter de façon incroyablement cruelle, horriblement destructive, immature, régressive, anti-sociale et nuisible. Il n'en reste pas moins que le travail que je fais avec de tels individus, la recherche et la découverte des tendances très positivement orientées qui existent chez eux comme chez nous tous, au niveau le plus profond, constituent un des aspects les plus réconfortants et les plus vivifiants de mon expérience. ²⁵

25 Idem, p. 24 et 25

Le développement reste toujours possible; l'intégralité de la personne peut être recherchée; le psychisme, même dévoyé, n'est pas fait "d'antipsychisme", pas plus que sur notre monde la matière n'est faite "d'antimatière". Hypothèse optimiste, soit; "rousseauiste", va encore; mais courageuse, expressive au regard d'une existence et d'une carrière où je retrouve personnellement ce que Mounier appelait "l'optimisme tragique". Hypothèse stimulante : qui peut effectivement encourager ou faire peur. Mais chacun doit reconnaître ses "limites" ²⁶ et oeuvrer la confiance dans leur cadre.

26, Rogers a évoqué cette question des limites dans *Counseling and psychothérapie*, p. 95 et suivante.

En dehors de cette hypothèse clairement assumée, comment pourrait-on se déterminer à construire une psychothérapie? Mais aussi une

pédagogie? Mais aussi des relations humaines? Sous réserve des conditions et des modes opératoires qu'une seconde hypothèse permet d'établir en critères de procédure.

Hypothèse
de l'acceptation
évolutive
et croissante.

Les êtres sont profondément séparés : leurs communications exactes se réalisent très rarement ; leurs rapports peuvent brouiller les voies de leurs orientations positives propres. Mais "*ce qu'il y a de plus personnel est aussi ce qu'il y a de plus général...* Ce qu'il y a d'unique et de plus personnel en chacun de nous est probablement le sentiment qui, s'il était partagé ou exprimé, parlerait le plus profondément aux autres ²⁷ " Ce qui revient à dire *que l'acceptation d'une subjectivité est libératrice pour autrui* : elle permet à un interlocuteur de s'engager dans la voie de son orientation positive profonde, c'est-à-dire d'aborder sa subjectivité propre. Mais qu'est-ce qu'une subjectivité, sinon l'adhésion intégrale à soi-même, la prise en charge progressive de la totalité et de l'unicité d'une personnalité c'est-à-dire l'acceptation de soi (qui n'est ni complaisance ni contrôle rigide), ou encore la constatation immédiate en soi-même d'un point de vue original sur le monde, distinct et séparé de tout autre point de vue. Cette hypothèse peut donc s'exprimer : *si je puis me fier en autrui tel qu'il est, avec ce qu'il ressent, avec ses conflits, là où il se place et comme il se considère (sans exercer de pesée pour qu'il bouge ou pour atténuer ses conflits), loin de le fixer j'aurai accru ses possibilités d'évoluer selon son orientation positive propre.* Ou, comme Rogers l'exprime sous forme "brute" :

27, Le développement de la personne, p. 24.

1° L'acceptation du client par le thérapeute mène à l'accroissement de l'acceptation du client par lui-même.

2° Plus le thérapeute perçoit le client comme personne plutôt que comme objet, plus le client en viendra à se percevoir lui-même comme personne plutôt que comme objet.

3° Au cours du traitement, il s'effectue chez le client un type de découverte de soi expérientiel et agissant ²⁸.

28. Idem, p. 160.

Rogers a également proposé la formulation de son hypothèse en loi générale

Plus la congruence de l'expérience, de la conscience et de la communication de la part d'un individu est grande, plus la relation entraînera une naissance à la communication réciproque avec une exigence accrue; une tendance à une compréhension mutuelle plus exacte des communications ; un ajustement et un fonctionnement psychologique accrus chez tous les deux ; une satisfaction mutuelle dans leurs rapports ²⁹.

29. idem p. 243.

Selon cette hypothèse il est donc possible *d'aider* un individu à structurer sa personnalité et ses actes autour de son orientation positive fondamentale, en dépassant son inauthenticité provisoire.

Une loi centrale

Max Pagès a profondément senti de quelle nature était la loi (ou la logique, ou le processus) qui pourrait sous-tendre une pareille hypothèse. Dans une formulation inspirée par la cybernétique, il a évoqué en effet une "inversion de mouvement"...

*Celle-ci n'est autre que ce que nous avons appelé le paradoxe central, le fait que l'acceptation, la valorisation de l'angoisse permet de la dépasser. Ces angoisses, ces mouvements de fuite que je reconnais, auxquels j'accorde une valeur, au moment même où je les valorise, je cesse de fuir devant elles par le mouvement même par lequel je les reconnais et du même coup je les transforme ; le désespoir d'être limité par mon individualité, mon historicité, ma contingence se change en la conscience de mes possibilités de développement, le désespoir de ma solitude se change en la conscience d'être seul avec, d'autres. Ce mouvement d'inversion, d'affrontement de l'angoisse, c'est le mouvement même de la thérapie, du début ne fait qu'accélérer. Il se produit chez le thérapeute et chez le client simultanément et ces deux mouvements s'appuient l'un sur l'autre, puisque aussi bien nous avons vu que le mouvement chez l'un reconnaît l'existence d'autrui, le lie à autrui dans son mouvement même qu'il reconnaît et qu'il appelle*³⁰.

30. Max Pagès, *op. cit.* p. 69. Cf. Rogers, dans Kinget et Rogers, *op. cit.*, t. I, p. 172 : le moi "est une Gestalt dont la signification vécue est susceptible de changer sensiblement, voire de se renverser ».

Paradoxe où la subjectivité en s'affirmant affirme (en s'inversant) l'intersubjectivité ; mouvement simultané et non pas identification ; dialectique vivante [qui voudrait une lecture « hégélienne » de l'œuvre de Rogers].

Je formulerai cette loi dans une autre approximation en disant *qu'une tension, effectivement prise en charge, devient productrice d'énergie de façon positive*, au lieu de se propager *sous forme de négativité et de conflit insaisissable*. Je pense, aussi bien, à une source, non captée, non prise en compte par une "conduite", et dont le potentiel énergétique devient force d'érosion avec des sursauts torrentiels. Je pense aussi à la censure et au refoulement qui transforme les pulsions en conflits au sein d'une personnalité névrosée.

Prendre en compte effectivement les énergie *là où elles sourcent*, en tout ce qu'elles sont, avec précaution (et respect), mais sans défenses péjoratives, et les installer au sein de soi-même ou d'une relation *jusqu'à leurs aboutissements*. Il me semble ainsi approcher la notion de considération positive inconditionnelle ou, plus concisément, d'acceptation.

On peut comprendre, en fonction de cette loi, pourquoi il est possible d'éviter la contradiction entre l' "authenticité" et l' "acceptation" : il y a en réalité liaison profonde entre ces deux rapports. Il n'est pas toujours possible d'accepter de *façon stable* : il faut alors en revenir à l'authenticité et constater cette non-acceptation (de soi, d'une part de soi ou d'autrui). Mais *en se constatant non acceptant*, en prenant en compte cette tension (en "acceptant cette non-acceptation"), il devient possible, par inversion de mouvement, par émergence, *d'évoluer et de devenir plus acceptant* : en ce que l'être humain, comme tout être organique

31. *Le développeur de la personne*, p. 20. Cf. également p. 39 : "J'ai fini par comprendre qu'être digne de confiance n'exige pas que je sois conséquent de manière rigide mais simplement que l'on puisse compter sur moi comme un être *réel*. J'ai employé le mot "congruent" pour désigner ce que je voulais être."

fonctionne avec des régulations "*homéostatiques*" qui tendent à réduire les écarts (et non à les accroître, selon le processus de "run away").

On conçoit donc qu'un individu (client ou thérapeute) peut évoluer, "acceptation" *immédiate* par "acceptation" *immédiate*, pour accueillir de plus en plus les parts de lui-même ou d'autrui qui restaient exclues. Il est donc prévisible qu'on puisse élargir concentriquement la constatation, la prise en charge non seulement de l'existence extérieure d'une personne, mais finalement et pas à pas, de régressions en progressions, de toutes ses "potentialités" (comme le disait Buber) et donc de toutes ses significations, accroissant l'accueil qui lui est fait et accroissant l'accueil qu'il devient possible à cet autre de se faire, amplifiant la permissivité qui *lui* est manifestée, en mûrissant soi-même son authenticité. C'est au travers de cette vue que me paraissent s'expliquer les antinomies révélées par Guy Palmade.

Antinomies ou paradoxes? Pour Rogers:

Plus je suis décidé à être simplement moi-même, dans toutes les complexités de la vie, plus je cherche à comprendre ce qu'il y a de réel en ma personne et en celle de l'autre, plus il se produit de changements. Il est en effet paradoxal de constater que dans la mesure où chacun de nous accepte d'être lui-même, il découvre non seulement qu'il change, mais que d'autres personnes avec qui il est en rapport changent aussi ³¹.

Mais qu'est-ce qu'un changement ? Et qu'est-ce qu'une présence ? A soi ou à autrui ? Et que sont ces mouvements de détestation ou de jugement qui nous prennent d'abord face à une personne, centre intégré d'énergie ? Il me semble que ces mouvements d'agressivité peuvent exprimer des précautions et qu'ils peuvent désigner des sentiments positifs plus profonds. Car toute présence exacte est difficile. Elle se fait au travers d'un "buisson ardent". Elle implique purification et négativité. Non-directivisme, non-identification, non-défensivité, non-dénivellation, non-complication : je vois en ces indications des invitations pressantes à la "purification" ou, si l'on préfère, à l' "épuration", à la "décantation" des sentiments en relation à autrui.

Négativité qui postule la positivité à son terme. Je reviens à Charles du Bos notant dans son *Journal* : " Il y a chez Shakespeare comme la robuste arrière-pensée qu'un vice se justifie par sa positivité même ³²» Et Freud ne disait-il pas que toute négation est affirmation. Hegel avait, plus généralement, souligné que "le *néгатif s'enfonce* avec le *positif* dont il est la négation" ³³. Ainsi réapparaît le paradoxe: par la non-directivité, les directions sont raffermies ; par la subjectivité accentuée, des intersubjectivités sont possibles ; par la simplicité, des complexités sont réunies ; par la confiance soutenue, des intégrités et des positions sont reconnues. A un niveau plus profond, plus "religieux" (au sens le plus immédiat).

Je ne puis m'empêcher, en effet, de penser qu'il y a, en accomplissant des processus répétés par Rogers, une signification religieuse profonde. Elle fut généralement aperçue ou dénoncée par certain au séminaire de Dourdan ³⁴ sous le thème de "Jacob dans sa lutte contre l'ange.", blessé et

32. Charles Du Bos, *Journal 1921-1923*, Coréa, Paris, 1946, p. 173.

33. HEGEL, *La phénoménologie de l'Esprit*, trad. Hyppolite, Aubier, 1939, t.I, p. 334.

34 Cf. le texte d'un message anonyme qui fut envoyé au bureau du colloque de Paris, pour être lu devant tous les assistants "En écoutant certains participants du séminaire de Dourdan, on avait l'impression qu'ils avaient participé à une messe grandiose, au cours de laquelle ils auraient vu le Christ. Ce n'est pas une question, mais j'aimerais que vous puissiez donner votre impression ou votre explication."

raffermi. Il me semble qu'elle est aussi au fond du vrai débat qui ne s'est pas explicité au colloque, et elle explique de profondes indignations. Mais pourquoi de telles références au cœur de chacun auraient-elles besoin de s'affirmer dans un discours et dans une explicitation?

Nous ferons des progrès décisifs dans les relations humaines quand il sera possible de regarder avec un oeil neuf tous les modes et tous les niveaux de leur émergence. Et autant qu'il sera possible de poser plus clairement les "équations" du mouvement qui nous porte et des "structures" qui nous aident. En vivant courageusement les risques de la présence à soi et aux autres, les paradoxes d'une audacieuse acceptation.

Mais où est le danger de l'optimisme ? Les conflits, le mal existent, poids sur nos complaisances et nos tartuferies "esclaves" qui font "monter l'eau", selon les termes de Claudel, autre incorrigible optimiste ! Dieu merci, les optimistes encourent la colère de tous les "pensants" et "bien-pensants" : leur liste est longue ; Rogers y figure ; c'est le jeu. Que cela nous encourage à progresser plus originalement et sans illusions!

André de PERETTI