

ELLEN WEST est la solitude

Carl ROGERS (A way of being)

Je voudrais donner mon point de vue à propos de l'isolement fondamental ressenti par l'homme moderne. J'indiquerai ensuite comment je vois Ellen West comme une illustration du développement de cette solitude à un point tragique.

Il y a de nombreuses façons de voir la solitude, mais je veux me concentrer sur deux éléments de l'impression de solitude que nous voyons si souvent chez nos clients et chez les autres. La première est l'éloignement de l'homme par rapport à lui-même, par rapport à son organisme qui éprouve. Dans cette faille fondamentale, l'organisme qui éprouve, ressent une signification dans l'expérience, mais le moi conscient s'accroche rigidement à une autre puisque c'est ainsi qu'il a trouvé amour et acceptation de la part des autres. De ce fait, nous avons une division potentiellement fatale avec la plus grande partie du comportement qui se régule selon des significations perçues dans la conscience, mais avec d'autres significations ressenties par l'organisme physiologique, qui sont niées et ignorées à cause d'une incapacité à communiquer librement avec soi-même.

L'autre élément de notre solitude est le manque d'une quelconque relation dans laquelle nous communiquons ce que nous expérimentons réellement - et de ce fait notre moi réel - à un autre. Lorsqu'il n'y a pas de relation dans laquelle nous pouvons communiquer les deux aspects de notre moi divisé - notre façade consciente et notre niveau plus profond d'expérience - nous ressentons alors la solitude de n'être pas en contact réel avec un quelconque autre être humain.

Cette solitude est-elle seulement contemporaine ? Peut-être. Autrefois, l'individu également ne faisait pas confiance à ce qu'il éprouvait ou l'ignorait afin de garder la considération des autres qui étaient importants. Mais la façade qu'il adoptait, la signification qu'il ressentait maintenant avoir trouvé dans ses expériences, devenait un ensemble de croyances et de signification unifiée et fortement soutenant. Tout son groupe social tendait à percevoir la vie et l'expérience de la même façon, de sorte que tandis qu'il abandonnait involontairement son moi le plus profond, du moins avait-il revêtu un moi logique, respecté, approuvé, dont il pouvait vivre. Un puritain de jadis, par exemple, a dû éprouver beaucoup de tension intérieure tandis qu'il niait de vastes domaines que son organisme expérimentait. Il est douteux, cependant, qu'il fit l'expérience ~d'autant d'isolement et de solitude que nos clients aujourd'hui.

L'homme moderne, comme les membres de groupes de jadis et plus homogènes, déserte ce qu'il éprouve lui-même pour revêtir la façon d'être qui apportera l'amour. Mais la façade qu'il adopte est prise en compte seulement par ses parents ou quelques autres, et il est continuellement exposé à savoir que bien que cette façade soit approuvée par quelques-uns, d'autres voient la vie de façons très différentes. Il n'y a pas sécurité dans une façade unique. De ce fait, à un degré probablement inconnu avant l'homme moderne éprouve sa solitude, sa séparation, son isolement, à la fois de son propre être profond et des autres.

Dans le reste de ces notes, je discuterai ce type d'isolement très fondamental de notre époque, utilisant comme un exemple, l'histoire hautement instructive d'une jeune femme

connue sous le nom d'Ellen West..... Je ne veux pas raconter toute la tragique histoire d'Ellen West mais je choisirai et commenterai quelques-uns des événements cruciaux de sa vie.

D'abord, sa jeunesse. A l'âge de vingt ans je la vois complète et intégrée comme tout le monde... Je ne vois pas à cette époque de pathologie. Ellen est une fille qui est vivante, volontaire, sensible, provocante, se posant des questions, combattive, émotive, expressive, changeante - en bref, une personne vivante. Elle est très attachée à son père. Elle veut être un garçon - jusqu'à ce qu'elle rencontre un garçon qu'elle aime. Elle se demande pourquoi vivre. Elle a des rêves idéalistes de grand accomplissement pour elle-même. Aucune de ces caractéristiques ne présage nécessairement un futur sombre. Au contraire, elle semble être une adolescente richement changeante et sensible, pleine de promesses. "Ses vingt ans sont pleins de bonheur, d'aspiration et d'espoirs". Elle est très désireuse de trouver un homme énergique, sérieux, aimant. Elle prend son plaisir à manger et à boire.

Mais durant cette année arrive un éloignement important par rapport à elle-même. "Elle se fiance à un étranger romantique, mais au désir de son père, rompt l'engagement". Nous avons peu d'éléments, mais je soupçonne, du fait de manque de protestation de sa part, qu'elle adopte les sentiments de son père comme étant les siens. Si nous mettons cet épisode sous forme schématique, nous aurions quelque chose comme ceci:

Je pensais que mes sentiments signifiaient que j'étais amoureuse. J'avais le sentiment que je faisais une chose positive et pleine de sens en me fiançant. Mais je ne peux pas me fier à ce que j'éprouve. Je n'étais pas amoureuse. Mon engagement n'était pas un engagement qui avait un sens. Je ne peux pas me guider à partir de ce que j'éprouve. Le faire serait mal agir et perdre l'amour de mon père."

A quelques semaines de là, elle mange beaucoup trop et devint grosse. La première apparition de ce qui devait devenir son symptôme majeur. C'est peut-être indicatif des débuts de son manque de confiance en elle-même qu'elle commence à faire un régime seulement quand elle est taquinée par ses camarades. Elle ressent un besoin croissant de vivre sa vie en fonction des attentes des autres, puisque ses propres impulsions ne sont pas sûres. Il n'est pas difficile de voir pourquoi elle commence à se mépriser elle-même rapidement à ce moment, et même à percevoir la mort comme une "femme glorieuse". Après tout, elle est un organisme qui n'est pas digne de confiance, un amas d'expériences trompeuses, méritant d'être méprisé. Son journal rapporte : "ombres de doute et de crainte", qui se traduisent bientôt en une crainte de devenir grosse. Il n'est pas non plus surprenant qu'elle ait peur des "mauvais esprits" en elle - les sentiments inacceptés et niés qui la hantent.

Je suis sûr que ce n'était pas le premier éloignement réel entre son moi et ses sentiments sous-jacents, mais il y a peu de doute que ce fut un éloignement profond et important.

Il fallut un long temps pour détruire sa confiance en elle-même en tant que personne capable d'autonomie. Même si ses "bons esprits" reviennent et même si elle a des périodes heureuses, elle a abandonné une partie de son moi et introjecté comme siens les sentiments de son père. Durant cette période elle est pleine de fluctuations. Elle veut faire quelque chose de grand. Elle attend une révolution sociale. Elle travaille très dur en tant qu'étudiante; elle organise des salles de lecture pour enfants; mais parfois elle est "timide, un ver de terre," elle désire la mort et a relu à son professeur la phrase "les bons meurent jeunes" Elle est très préoccupée par son poids.

Quand elle a vingt quatre ans, il y a une autre question à propos de laquelle elle perd encore plus confiance en elle-même. Bien qu'elle ne soit pas encore assez sûre d'elle-même pour avoir besoin de sa vieille gouvernante avec elle, elle est néanmoins heureuse dans ses études. "Le journal respire la joie de vivre et la sensualité". Elle tombe amoureuse d'un

étudiant. Ce fut évidemment un engagement profond à en juger par ses qualités envahissantes restantes. Elle se fiance, mais à nouveau ses parents soutiennent que ce qu'elle éprouve est faux. Ils exigent une séparation temporaire. Aussi croit-il lui sembler que la relation n'est pas réelle, n'est pas sage, qu'il vaut mieux l'abandonner. Une fois encore, elle ne fait pas confiance à sa propre expérience qu'elle néglige, et introjecte les sentiments de ses parents. Elle abandonne la relation et, avec elle, toute confiance en elle-même, en tant que capable de se diriger elle-même sagement. Elle ne peut faire confiance qu'à l'expérience des autres. A ce moment, elle demande de l'aide à son docteur.

Se serait-elle rebellée à ce point, aurait-elle possédé la force de se battre pour sa propre expérience de son monde, elle aurait été vraie vis à vis de ses sentiments profonds et aurait, absolument littéralement, sauvé son moi potentiellement autonome. Mais au lieu de la révolte, il n'y a qu'une terrible dépression et une haine de son corps, qui est évidemment un organisme totalement indigne de confiance pour traiter avec la vie. Son terrible régime indique dans quelle mesure elle a abandonné son moi. Comme elle dit plus tard, "quelque chose en moi se révolte contre, le fait de devenir grosse, se révolte contre le fait d'être en bonne santé, d'avoir de bonnes joues rouges, de devenir une femme simple, robuste, à quoi correspond ma vraie nature."

En d'autres mots, si elle devait faire confiance à ses sentiments, ses désirs et ses expériences, elle deviendrait une jeune femme robuste et solide et épouserait l'étudiant qu'elle aime. Mais ses sentiments ont été prouvés complètement peu sûrs, ses désirs et ses expériences des guides totalement indignes de confiance. Aussi doit-elle non seulement nier ses sentiments pour celui qu'elle aime; elle doit aussi affamer et contraindre son corps à une forme approuvée par les autres mais complètement à l'opposé de ses propres tendances. Elle a perdu, complètement, sa confiance dans ce qu'elle éprouve elle-même comme étant le fondement de la vie.

Je commenterai brièvement un autre épisode. L'île trouve que son cousin est un type possible, et ce choix est approuvé par sa famille. Ils projettent de se marier. Mais pendant plus de deux ans, jusqu'à vingt huit ans, elle vacille entre son cousin et l'étudiant qu'elle a aimé. Elle va voir l'étudiant et casse avec lui, laissant, selon ses paroles, "une plaie ouverte". Nous ne savons rien du contenu de cette interaction très cruciale, mais je spéculerai que sa vie psychologique fut ici mise en balance. Ferait-elle confiance à sa propre expérience et choisirait-elle la personne qu'elle aime, ou choisirait-elle son cousin? Ses propres sentiments sont plus froids envers le cousin, mais pour lui elle devrait ressentir tous les sentiments approuvés qu'elle est supposée ressentir. Je soupçonne qu'elle a réalisé vaguement que si elle choisissait l'étudiant, elle choisirait le chemin inexploré du moi autonome. Si elle choisissait son cousin, elle vivrait la vie que les autres attendent d'elle mais ce serait un prétexte sur et approuvé. Elle choisit son cousin et se maria avec lui, renonçant de ce fait toujours davantage à une quelconque confiance dans son moi.

A l'âge de trente deux ans, elle est totalement obsédée par l'idée qu'elle doit être mince. A cette fin, elle se prive de nourriture et prend soixante laxatifs par jour, pas étonnant qu'elle ait peu de force. Elle essaie la psychanalyse mais sent qu'elle n'est pas aidée. Elle dit: "j'analysais avec mon esprit, mais tout restait théorie" et "L'analyste peut me donner le discernement, non la guérison". Cependant, quand l'analyse est interrompue par les circonstances, elle devient pire.

Durant cette période, elle parle de son amour idéal, l'étudiant. Elle dit à son mari dans une lettre: "A ce moment tu étais la vie que j'étais prête à accepter et pour laquelle j'étais prête à abandonner mon idéal. Mais c'était une décision forcée". Elle semble essayer désespérément d'avoir les sentiments que les autres veulent qu'elle ait, mais elle doit se forcer.

A partir de là, l'éloignement en elle-même conduit à davantage d'éloignement et à davantage de sentiments d'isolement par rapport aux autres. Il n'est pas surprenant que sa première tentative de suicide arrive au moment où son deuxième analyste, travaillant avec elle à l'hôpital où elle avait été envoyée, répète le modèle maintenant familial. Son mari veut être avec elle à l'hôpital et elle veut qu'il soit avec elle. Mais la figure de père, l'analyste, sait mieux et renvoie le mari. Il détruit toujours davantage toute faible confiance qu'elle pouvait peut-être avoir en elle en tant que personne se dirigeant par elle-même.

A partir de là, l'isolement est toujours plus grand et la tragédie se termine. Elle va chez davantage de docteurs, davantage de psychiatres, devenant de plus en plus un objet aux yeux de ceux qui ont affaire à elle.

De nombreux médecins établissent différents diagnostics... Ils voient peu d'espoir pour elle et disent: " Il était clair qu'une sortie de l'institution signifierait un suicide certain".

Puisque Ellen était consciente de beaucoup de ces discussions, elle a pu arriver à se percevoir non comme une personne mais comme un étrange mécanisme anormal, complètement en dehors de son contrôle, faisant son chemin vers la destruction. On cherche en vain à travers tous ces "diagnostics" une quelconque trace de reconnaissance, que les docteurs étaient en train d'avoir à faire à une personne humaine? Il n'est pas difficile de comprendre les paroles d'Ellen : "Je fais face à moi-même comme face à une personne étrange. Je suis effrayée de moi-même". Ou à un autre moment, "Sur ce seul point je suis folle. Je suis en train de périr dans la lutte contre ma nature. Le sort voulait que je sois forte et grosse, mais je veux être mince et délicate". En effet, elle est en train de périr dans la lutte avec sa nature. Son organisme veut être sain et fort, mais le moi "introjecté" le faux moi qu'elle a revêtu pour plaire aux autres veut être, comme elle dit à un moment, mince et "intellectuelle".

Les docteurs sages, en dépit du risque du suicide, arrivent à la conclusion suivante: "aucune thérapie certainement sûre n'est possible. Nous décidons donc de céder à la demande de la patiente pour sa décharge. Elle quitta l'hôpital. Trois jours plus tard elle semblait bien et heureuse, mangeait bien pour la première fois depuis des années, et puis prit une dose mortelle de poison. Elle avait trente trois ans. Son épitaphe pourrait bien être ses propres mots: "Je me sens, absolument passivement, la scène sur laquelle deux forces hostiles s'entre-déchirent"

Qu'est ce qui a été mal de façon si fatale dans la vie d'Ellen West? J'espère avoir indiqué ma croyance que ce qui s'est passé est quelque chose qui arriva à un certain degré dans la vie de chacun de nous tous, mais dans son cas cela était exagéré. En tant que bébés nous sommes nourris de notre expérience; nous avons confiance en elle. Quand le bébé a faim, ni il doute de sa faim, ni il se demande s'il devrait faire un effort pour obtenir de la nourriture. Sans en être en aucun cas conscient, il est un organisme qui se fait confiance. Mais à un certain point, les parents ou les autres lui disent, en effet: "Si tu sens de cette façon, je ne t'aime pas." Et ainsi il sent ce qu'il devrait sentir, non ce qu'il sent réellement. A ce niveau, il bâtit un moi qui sent ce qu'il devrait sentir, ne voyant qu'occasionnellement des lueurs effrayantes de ce que son organisme, dont le moi est une partie, est réellement en train d'éprouver. Dans le cas d'Ellen West, ce processus fonctionnait de façon extrême. Dans quelques-uns des moments les plus importants de sa vie, on lui faisait sentir que sa propre expérience était médiocre, erronée, fautive, précaire et que ce qu'elle devrait sentir était quelque chose de complètement différent. Malheureusement pour elle, son amour pour ses parents, spécialement son père, était si fort qu'elle abandonnait sa propre capacité à faire confiance à son expérience et y substituait les leurs, ou la sienne. Elle abandonna d'être son

moi. Cette observation faite par un de ses docteurs durant sa dernière année n'est pas une surprise. "Bien qu'en tant qu'enfant, elle fut complètement indépendante de l'opinion des autres, elle est maintenant dépendante de ce que pensent les autres." Elle n'a plus aucune façon de connaître ce qu'elle sent ou quelle est son opinion. C'est l'état le plus solitaire de tous, une séparation presque complète par rapport à son organisme autonome.

Qu'est ce qui est allé mal avec son traitement? C'est une jeune femme intelligente, sensible, cherchant de l'aide. Le pronostique, aujourd'hui, serait très favorable. Pourquoi un échec si total ? Je suis sûr que les opinions diffèrent mais je voudrais donner la mienne :

La plus grande faiblesse dans son traitement fut qu'aucune personne engagée semble être en relation avec elle en tant que personne. - une personne digne de respect, une personne capable de choix autonome, une personne dont l'expérience intérieure est une ressource précieuse qui doit être dégagée et à laquelle on fait confiance.

Plutôt, il semble que l'on se soit occupé d'elle comme d'un objet. Son premier analyste l'aide à voir ses sentiments mais non à les éprouver. Cela seulement davantage un objet par rapport à elle-même et l'éloigne davantage encore du fait de se nourrir de son expérience et de la dégager. Sagement, elle dit que "L'analyste peut me donner le discernement, mais non la guérison." L'analyste lui fait ressortir qu'elle est un individu avec telle et telle dynamique. Elle est d'accord avec lui, cependant sûrement pas à condition d'éprouver ces sentiments dynamiques. Elle suit simplement le modèle qui l'a déjà isolée - de ne pas faire confiance à ce qu'elle éprouve elle-même et d'essayer de croire et de sentir ce qu'elle devrait sentir, ce que l'expert lui dit qu'elle sent.

Alors arrive la discussion tragi-comique sur son diagnostic - dont elle était évidemment parfaitement consciente. Les médecins ne sont pas d'accord quant au type d'objet qu'elle est... Elle est traitable. Elle ne l'est pas. Puis arrive la décision finale, incroyable. Elle est suicidaire, schizophrène, et sans espoir de traitement; nous la renvoyons donc et la laissons se suicider. Ceci fut du moins une prédiction qui s'accomplit.

" Je crie mais ils ne m'entendent pas." Les paroles d'Ellen résonnent dans mes oreilles. Personne ne l'a vraiment entendue en tant que personne. Passées années d'enfance -et peut-être pas même à ce moment-là - ni ses parents, ni ses analystes, ni ses médecins ne semblent jamais l'avoir assez respectée pour l'entendre profondément. Ils n'ont pas eu affaire à elle comme à une personne capable de rencontrer la vie, une personne dont l'expérience est digne de confiance, dont les sentiments intérieurs méritent d'être acceptés. Comment pourrait-elle alors elle-même ou respecter l'expérience qui se poursuit en elle ?

"Je suis isolée. Je suis assise dans une boule de verre, je vois les personnes à travers une boule de verre. Je crie, mais ils ne m'entendent pas." Quel cri désespéré pour une relation entre deux personnes ! Elle n'a jamais fait l'expérience de ce que Bubber a appelé "soigner à travers la rencontre". Il n'y avait personne qui pouvait la rencontrer, l'accepter, telle qu'elle était.

La lecture de ce cas tragique me met en colère mais également m'encourage. Je suis en colère à cause de la perte tragique d'un être humain, encouragé parce que je sens que nous avons assez appris durant les années qui s'écoulèrent entre-temps pour que, si Ellen West venait à mon bureau aujourd'hui, ou chez d'autres, elle soit aidée. Laissez-moi esquisser cette possibilité. Pour le faire de façon très vivante, je supposerai qu'elle est arrivée à mon cabinet aux alentours de vingt quatre ans... C'est juste après qu'elle se soit séparée, sur l'insistance de ses parents, de l'étudiant -qu'elle aime.

Rien qu'à partir de la lecture du cas, je suis sûr que je ne trouverais aucune barrière au sentiment d'acceptation de cette jeune femme déprimée, malheureuse, amaigrie, à demi affamée. Je ressentirais à la fois ce qu'elle est et quelles sont ses potentialités, et j'aurais fortement désiré qu'elle soit les deux, ou l'une ou l'autre.

Je suis sur que nos contacts auraient commencé avec des thèmes comme ceux-ci "Je suis très déprimée, sans raison pour ma dépression". Je ne peux pas supporter d'être seule, mais je ne sais pas pourquoi". "Je me hais quand je suis grosse, et je dois être mince, mais là encore je ne sais pas pourquoi " "J'aimais vraiment cet étudiant, mais je ne crois pas que ça aurait été un parti sage. Mon père et ma mère ont senti que ce n'était pas l'homme qu'il me fallait". Comme je comprenais chacun de ses sentiments et acceptais son droit d'être ces sentiments, d'autres attitudes apparaîtraient imidement et craintivement: sa déception de s'être séparée de son fiancé ; les sentiments forts qu'elle a eus et qu'elle a encore pour lui; son ressentiment (un sentiment très effrayant) envers son père. Lentement, progressivement, elle découvrirait qu'elle pourrait éprouver et être à la fois amour et ressentiment envers son père, à la fois amour et ressentiment envers moi, à la fois peur de vivre de façon indépendante et à la fois désir fort de cette vie indépendante, à la fois le désir d'être un homme et le désir d'être une femme, à la fois le désir d'être une femme robuste, solide, satisfaite, et le désir d'être quelqu'un de mince, brillant, compétitif, qui réalise la réforme sociale. Elle pourrait éprouver à la fois sa faim et son désir de manger et d'être robuste, et sa peur d'être grosse, laide et pas appréciée de ses amis. Elle pourrait dire, comme elle le disait réellement: "J'ai peur de moi-même, des sentiments auxquels je suis livrée sans défense à tout instant." Petit à petit, elle pourrait librement éprouver tous ces sentiments, tous ces éléments d'elle-même.

Elle découvrirait que certains de ces sentiments sont très effrayants vraiment. Explorer et éprouver à la fois le risque et l'exaltation d'être une personne indépendante est un de ces éléments effrayants. Une autre personne, un de mes clients, exprima cette réalisation dans une déclaration qu'Ellen aurait eu des chances de faire. Elle disait:

"J'ai tous les symptômes de la peur... On dirait réellement que j'ai coupé les amarres et que je suis très vulnérable... Néanmoins, j'ai un sentiment de force... Je ressens intérieurement maintenant quelque chose qui monte, ou une force... quelque chose de réellement grand et fort. Et cependant, d'abord c'était presque un sentiment physique d'être simplement dehors seule, quelque chose comme d'être coupée d'un soutien que j'étais en train de transporter... (pause)... J'ai le sentiment que maintenant je vais commencer à faire davantage de choses..."

C'est un exemple de ce que je veux dire par éprouver un sentiment pleinement et en l'acceptant, dans une relation sans danger. Il représente, à mon avis, un moment de changement, probablement physiologique, un changement irréversible. Tandis qu'Ellen ferait l'expérience, de façon semblable, de Ces différentes facettes d'elle-même cachées, elle se trouverait en train de changer. Cette fois le moi changé qui émergeait serait basé sur les réactions de son organisme, sur son expérience intérieure et non sur les valeurs et les attentes des autres.

Elle trouverait qu'elle ne devrait pas lutter contre sa nature, contre ses sentiments. Plutôt elle devrait trouver que quand elle pouvait être ouverte à toute son expérience - à la fois son expérience intérieure et son expérience des exigences et attitudes des autres - elle aurait une base sur laquelle vivre. Elle découvrirait que ce qu'elle éprouve, si elle pouvait y être ouverte et si elle pouvait écouter avec sensibilité sa signification, lui fournirait un guide constructif pour son comportement et pour sa vie.

Cela ne veut pas dire que le processus devrait être doux et confortable. Etre une personne - quelquefois s'oppose à ses parents, quelquefois résistant aux pressions sociales, choisissant souvent d'agir même incertain de l'issue - cela devrait être douloureux, coûteux, quelquefois même terrifiant. Mais ce devrait être très précieux: être soi-même vaut un grand prix. Il y aurait également beaucoup d'autres aspects de grande valeur.

Dans la relation thérapeutique où tout d'elle-même était accepté, elle pouvait découvrir que c'était sans danger de communiquer son moi plus complètement. Elle découvrirait qu'elle n'avait pas besoin d'être seule et isolée, qu'un autre pouvait comprendre et partager la

signification de son expérience. Elle découvrirait ainsi que dans ce processus elle était devenue amie avec elle-même que son corps, ses sentiments et ses désirs n'étaient pas des étrangers ennemis mais des parties d'elle-même amicales et constructives. Il ne serait pas nécessaire pour elle de prononcer ces mots désespérés: "Je suis en train de périr dans la lutte contre ma nature". Ses deux séparations essentielles par rapport à elle-même seraient calmées. Elle aurait un bon système de communication avec elle-même. Elle aurait également trouvé qu'il n'était pas dangereux d'être pleinement elle dans une relation. En conséquence, elle se trouverait proche des autres avec davantage d'elle-même, et encore elle découvrirait qu'il n'est pas trop dangereux, mais peut-être, bien plus satisfaisant, d'être réellement elle dans sa relation aux autres.

C'est par un tel processus, à mon avis, que la boule de verre se dissoudrait. Elle aurait trouvé la vie aventureuse, souvent douloureuse. Ce serait un étonnement sans fin de découvrir le comportement qui s'harmoniserait, le mieux avec ses sentiments complexes et contradictoires. Mais elle serait pleine d'entrain et vraie, et en relation avec elle-même et les autres. Elle aurait résolu pour elle-même la grande solitude de l'homme contemporain.

Je ne veux pas m'excuser d'avoir déclaré avec confiance et optimisme l'issue probable de la thérapie d'Ellen, si elle avait eu l'opportunité de participer à une thérapie centrée sur, la personne. Mon expérience n'autorise pas d'autre conclusion. Je ne suis pas sûr qu'elle aurait bougé autant que je l'ai indiqué.