

UN PSYCHOLOGUE OPTIMISTE

Carl Rogers est venu pour la première fois en Europe

exposer ses théories

Je suis Carl Rogers. Je suis ici et maintenant, Je ne suis pas une autorité, un nom, un livre, une théorie, une doctrine..., Je suis une personne très imparfaite qui essaie de trouver la vérité dans ce domaine difficile des relations humaines... Allons-nous pouvoir nous parler, nous rencontrer en toute vérité, partager quelque chose ensemble ?...

Pour la première fois de sa vie — à soixante-quatre ans — l'Américain Carl Rogers, considéré comme l'un des "inventeurs" de la psychologie non-directive, est venu en Europe sur l'invitation de l'Association pour la Recherche et l'Intervention Psycho-sociologique (A.R.I.P.), et il a participé, à cette occasion, à un séminaire d'une semaine à Dourdan (Essonne), puis à un colloque de trois jours à Paris, qui a réuni plus de quatre cents personnes.

Née de l'expérience clinique d'un psychologue — Rogers à ses débuts traitait notamment les enfants difficiles — la méthode non-directive a été ensuite étendue à l'étude des relations interpersonnelles à l'intérieur des groupes. Nombreux sont maintenant — en France notamment — ceux qui s'en inspirent : éducateurs, spécialistes de la formation des adultes, de l'organisation des entreprises, prêtres, syndicalistes, assistantes sociales...

En se présentant aux participants du colloque de façon aussi personnelle et avec cette humilité voulue. Rogers situait d'emblée le caractère de subjectivité et d'empirisme qui marqua sa philosophie.

Le non-directivisme, c'est avant tout une attitude de disponibilité, de sincérité, qui permet de percevoir dans sa totalité le «message» de l'interlocuteur. C'est une écoute, une ouverture sans réticences, une présence "sans défense ni armure" à autrui, afin que s'établisse une communication authentique. Pour permettre à celui qui vous fait face de s'exprimer sans résistance et pour le mettre en confiance, il faut être soi-même d'une sincérité absolue. "Je ne dois pas avoir peur de me présenter comme je suis, sans façade, avec mes insuffisances. Je ne dois rien cacher de ce que je ressens. Je ne dois pas supprimer mes sentiments ni les déformer." Il faut, d'autre part, accepter librement et sans crainte tout ce qui vient de l'autre que ce soit des idées ou des sentiments. Il n'est pas dangereux de donner ni de recevoir des sentiments tendres ou chaleureux dit Rogers.

Lorsqu'un contact authentique est ainsi établi, on ressent une impression d'harmonie et de plénitude, et Rogers a pour la décrire des expressions passionnées. "Lorsque je me sens très proche de l'autre cela enrichit ma vie. C'est comme si j'entendais une musique céleste... A travers le rapport avec une personne, il y a le général, la communication avec ce qui est vrai universellement... Je suis aussi heureux que devant un coucher de soleil..." De façon plus théorique, Rogers parle alors de "congruence", c'est-à-dire d'un sentiment d'accord fondamental avec soi-même, qui fait que l'on perçoit la totalité du message qui vous est adressé et qui s'exprime par des moyens et à des niveaux très divers (paroles, ton de la voix, regard, attitude générale...).

Le postulat qui justifie cette théorie — et qui, selon Rogers, est un fait d'expérience — est que les tendances fondamentales de l'homme sont positives et orientées dans le sens de la vie et de l'intégration, même si des frustrations ont donné temporairement le pas à l'agressivité et à un désir de destruction. Il faut donc accepter totalement autrui en faisant entièrement confiance à ses possibilités, qui se développeront toujours dans le sens d'une dynamique et d'une reconstruction de la personnalité.

Apprendre à changer

Mais la relation non-directive n'est pas particulière au psychothérapeute et à son client. Elle est valable pour les groupes, et l'un des champs privilégiés de son application est certainement la pédagogie. Dans la classe, le rôle de l'éducateur, pour Rogers, n'est pas de transmettre des connaissances — opération qu'une machine ou un "programme" fera aussi bien — mais de faciliter l'apprentissage, d'apprendre à apprendre, d'apprendre à changer. "L'enseignement, dit-il, est nécessaire dans un monde immobile où des techniques doivent se transmettre pour permettre la survie de la collectivité. Seul leur enseignement a permis aux aborigènes d'Australie de se préserver jusqu'à nous. Mais ce qu'il faut dans notre monde en changement très rapide, c'est surtout libérer la curiosité, ouvrir l'esprit à l'exploration et aux questions.. Pour cela, il faut créer dans la classe un climat de compréhension et d'échange grâce auquel chaque enfant tirera le maximum de ses possibilités et acquerra le désir de continuer à se cultiver.

Mais une réforme de la pédagogie ne naît pas d'une simple intention. Elle ne se fera que si enseignants, administrateurs, parents, élèves ont appris ensemble à se connaître, à affronter le changement, à désirer la mutation. Là encore il faudrait instituer un dialogue réel où chacun s'exprime-rait crfond.

Cette conviction en la possibilité d'organiser et d'harmoniser en toute occasion les rapports humains peut prendre dans la bouche de Rogers des accents prophétiques qui souvent surprennent : ne pourrait-on, selon lui, résoudre les conflits raciaux de Los Angeles en organisant de petits groupes de discussion comprenant des émeutiers, des policiers, des chômeurs, des notables... ? Et les grandes tensions internationales elles-mêmes ne pourraient-elles être réduites à l'aide du non-directivisme ?

Ne pas compliquer les choses

Pour comprendre cette philosophie optimiste, d'un humanisme quasi mystique, aux accents rousseauistes, il faut sans doute se souvenir que Rogers est né dans une famille, où, écrit-il dans un de ses ouvrages, "régnait une atmosphère religieuse et morale très stricte", qu'il a eu une enfance puritaine et qu'il a fréquenté un collège de théologie (2). On pense aussi à l'optimisme américain, pour qui l'homme est invinciblement tourné vers le progrès et le bonheur, et on peut imaginer que la psychologie rogéienne est un produit du puritanisme américain et une réaction contre la psychologie freudienne, issue, elle, du puritanisme européen que dévore l'idée de la douleur, du mal et de la mort.

Nombreux furent les participants au colloque qui, imprégnés par la pensée psychanalytique, refusèrent de se laisser séduire par cette conception angélique et radieuse de la nature humaine, et M. Guy Palmade, président de l'A.R.I.P. et conseiller à l'Electricité de France, se fit entre autres, leur interprète. Qu'est-ce que cette "libre acceptation d'autrui et jusqu'où va-t-elle ?" demanda-t-il en substance. Cette relation parfaite entre le thérapeute et le client n'est-elle pas illusoire et, qui plus est, dangereuse, puisque le médecin s'y abandonne et se refuse à l'analyser objectivement? D'où tient-on que les tendances centrales de la personne sont nécessairement positives ? Cela ne revient-il pas à croire que les "bons sentiments suffisent à tout résoudre ?"

Mais Rogers n'entendait pas soutenir la controverse sur un plan aussi théorique. Pour lui, en effet, il n'y a dans ses propres affirmations nulle métaphysique sous-jacente, nul échafaudage intellectuel, mais les simples constatations d'un clinicien avant tout attaché au concret. Que lui importe que l'on conteste la validité théorique de ses concepts s'ils lui sont utiles ? Ce qu'il reproche à la psychanalyse, c'est — outre le dogmatisme de l'institut américain de psychanalyse dont la dictature est, selon lui, égale à celle du parti communiste et des Eglises catholiques et protestantes — sa volonté d'apporter des solutions toutes faites,

abstraites et volontairement complexes et de vouloir "tout compliquer à plaisir." Pour lui la réalité est beaucoup plus claire. "Des lois simples dirigent les relations interpersonnelles, affirme-t-il; quand on les aura découvertes, tous les concepts, toutes les théories, s'effondreront."

L'attaque politique ne devait pas manquer non plus. "Cette psychologie, lui demandait-on, qui traite tous les conflits sociaux comme de simples malentendus, n'est-elle pas finalement une idéologie qui sert bien les intérêts et la bonne conscience de la classe possédante ?" La question méritait d'être abordée. A en juger par son étonnement, Rogers ne se l'était manifestement jamais posée...

A l'entendre pendant ces journées, on comprenait cependant qu'avec sa tranquille assurance cet homme chaleureux, au bon visage de clergyman, apportait, outre le poids d'une expérience personnelle extrêmement réfléchie, un souffle de fraîcheur dans les rapports humains, une volonté de les rendre plus proches et fraternels, et un profond désir d'aider l'homme moderne à affronter les mutations qu'il a lui-même suscitées. "Il est urgent de consacrer autant de temps et d'argent à la libération de la personne qu'à la recherche nucléaire" déclara-t-il avec un accent de passion.

Par FRÉDÉRIC GAUSSEN