

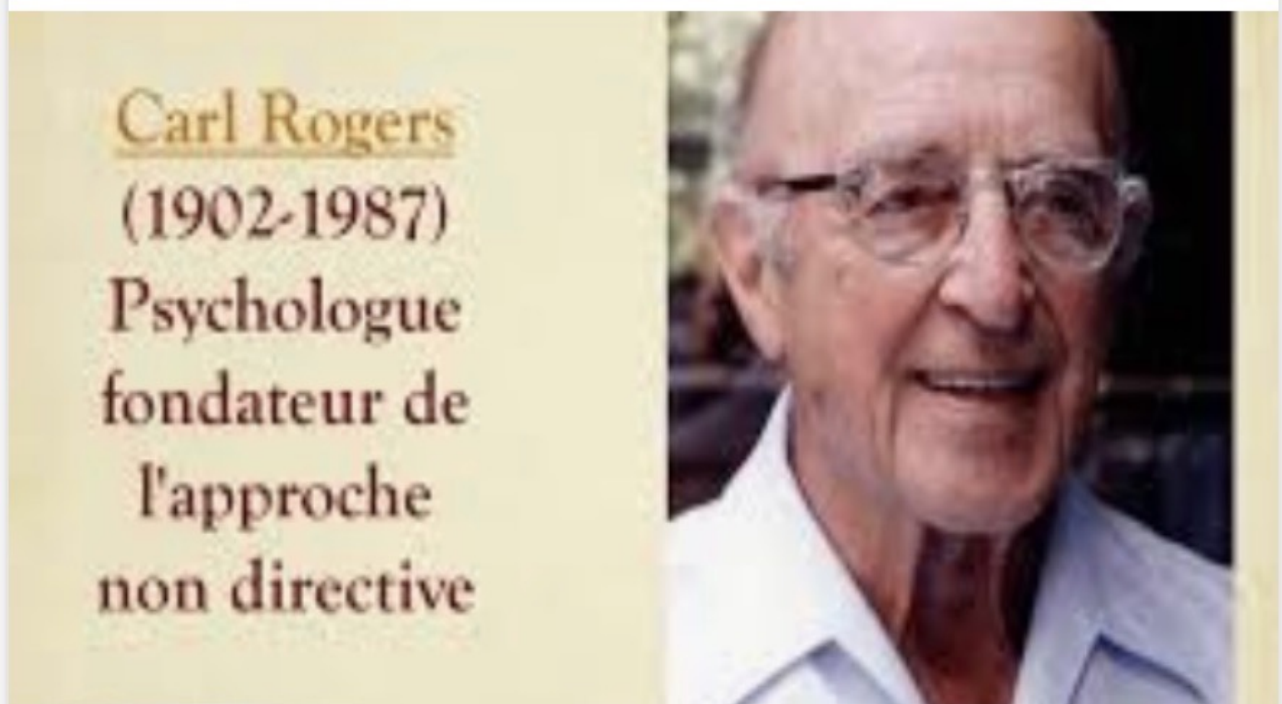
# Personnalisation et dynamique relationnelle

(Propos sur la "philosophie de la vie" de Carl Rogers)

Pierre Tap et Nathalie Oubrayrie-Roussel

1

## En hommage à Carl Rogers



### Publié sur LinkedIn :

30 Novembre 2019 Résumé

03 Décembre 1. Introduction

07 Décembre 2. Congruence

11 Décembre 3. Regard et empathie

16 Décembre 4. Masques et Authenticité

20 Décembre 5. Positivité et confiance

24 Décembre 6. Non directivité et Démocratie

28 Décembre 7. Adaptation et gestion de la souffrance

01 Janvier 2020 8. Personne, société et temps de vie

## Résumé

Cet article (découpé en 8 « textes » présentés successivement) se propose d'évoquer l'intérêt de repenser la conception rogéienne de la personne à la lumière des travaux de la psychologie centrés sur l'étude de la dynamique personnelle et des relations interpersonnelles.

Dans le cadre de la dynamique thérapeutique évoquée par Rogers, l'accent est mis sur l'importance d'une centration sur soi (représentation, évaluation, etc.), sur les autres (représentation de l'autre) et sur la relation entre l'autre (individuel et collectif) et soi. Il est donc nécessaire d'analyser l'interaction complexe entre le sujet, l'autre, l'entourage et le contexte social.

Un approfondissement théorique des principaux concepts qui fondent la pratique thérapeutique rogéienne, nous éclaire sur l'importance à accorder à une relation intersubjective fondée sur la réciprocité et le respect de l'autre. Il convient dès lors de préciser les conditions de cette réciprocité respectueuse.

La notion de **congruence** interne et externe permet de rendre compte d'une unification de la personne nécessaire dans tout travail thérapeutique comme dans toute relation interpersonnelle voire pédagogique. **L'intuition visionnaire** et **l'intuition empathique**, nous permettent de mieux comprendre l'attitude du thérapeute dans sa pratique d'interaction en tant qu'elles supposent respectivement un **discernement** cognitif et un discernement affectif dans l'approche de la connaissance de la personne. Rogers met en avant l'importance de **rappports authentiques** entre les personnes fondés sur la transparence et la chaleur communicative. Mais l'analyse des processus symboliques (cacher-révéler) oblige ici encore à préciser les enjeux des **masques** et du **faire-semblant**. La dynamique positive de l'interaction repose également sur une **confiance inconditionnelle** à l'égard d'autrui, sur une capacité de démeffiance à l'égard de soi et d'autrui au-delà des **rigidités et contraintes institutionnelles**.

Quant à la pratique de la **non-directivité** mise en avant par Rogers, nous la rapprochons de la permissivité contrôlée à l'œuvre dans les pratiques éducatives fondées sur un fonctionnement démocratique où l'écoute confiante, la compréhension et l'acceptation du sujet dans la relation lui donnent la possibilité de penser ses problèmes et d'adopter des conduites adaptées. Toutefois, la cohésion relationnelle repose sur la **liberté d'expression et sur une non influence réciproque entre le sujet et le thérapeute ou l'éducateur**. Par sa présence, le thérapeute ou l'éducateur apporte la sécurité et pose le cadre et les limites de la relation ou thérapeutique pédagogique.

Dans ce cadre là, nous concevons que le développement de la personne s'appuie sur une dynamique des relations interpersonnelles en articulation avec la dynamique collective ou institutionnelle, relations à travers lesquelles la personne développe des stratégies de personnalisation qui rendent compte de sa **gestion de la souffrance et de son adaptation aux situations**.

**Mots-clés :** personne, personnalisation, socialisation, centration sur soi, centration sur l'autre, centration sur la relation, distanciation affective, adaptation, temporalité, positivité inconditionnelle, empathie, congruence, confiance, permissivité, relation démocratique, psychothérapie, stratégies, engagement, intersubjectivité, gestion de soi, authenticité, construction symbolique de la personne.

## Introduction

A l'occasion d'une interview<sup>[2]</sup> Rogers se disait "consterné" que l'on se réfère à son travail comme à une technique. "Ce n'est pas une technique mais une conception philosophique de la vie, une manière d'être". La dynamique rogérienne ne se réduit donc pas à des recettes, à des procédures, dans le cadre de l'interaction thérapeutique duale ou groupale. Mais Rogers a aussi été critiqué à propos du caractère "angélique" de sa philosophie de la vie. Elle est fondée sur l'hypothèse de la positivité de la nature profonde de l'homme (cf. Rousseau, 1762). C'est la société à travers ses pressions et ses modes de contrôle qui la pervertirait. Pour Rogers ce fond de la "nature animale de l'homme" ne se limite pas aux émotions primaires. Selon lui<sup>[3]</sup> le centre de la personnalité (..) est naturellement positif, il est fondamentalement socialisé, dirigé vers l'avant, rationnel et réaliste". En référence à Maslow (1954), il souligne que "les émotions antisociales comme l'hostilité, la jalousie, etc. sont le résultat d'une frustration d'instincts plus fondamentaux, d'amour, de sécurité et d'appartenance qui sont désirables en eux-mêmes" (op.cit.). Les théories associées à la philosophie rogérienne introduisent nécessairement un ferment à la fois novateur et contestataire dans les pratiques pédagogiques, thérapeutiques, et plus largement sociales. Elles peuvent donc être perçues comme

libératrices ou utopiques et illusoire ou dangereuses selon les personnes qui les jugent.

Nous voudrions évoquer ici, au-delà des polémiques stériles, le caractère très actuel des conceptions et des pratiques rogériennes à la lumière des travaux de la psychologie (sociale, du développement, de la santé, etc.) dans la mesure où ces travaux sont centrés sur la dynamique personnelle et les relations interpersonnelles.

Bien entendu, articuler une philosophie de la vie à des conceptions et des pratiques scientifiques, pédagogiques ou thérapeutiques, suppose l'instauration d'une métapsychologie, d'un système de valeurs servant de référent et qui peut faire l'objet de discussions en relations avec les cultures, les idéologies ou les systèmes de croyances, éventuellement opposés ou concurrentiels.

Les conceptions rogériennes s'appuient fondamentalement sur l'importance des systèmes de représentations et leur lien avec les processus émotionnels (internes ou expressifs). Elles mettent l'accent sur la centration sur soi (représentation, évaluation, etc.), sur les autres (représentation de l'autre) et sur la relation entre l'autre (individuel et collectif) et soi.

Aujourd'hui, on peut faire la différence, dans ces interactions, entre

- *L'événementiel* : primat du contexte pour soi ou pour l'autre, introduisant à la *dynamique situationnelle* ;
- *L'expérientiel* : primat de l'itinéraire personnel ou interpersonnel favorisant la capacité à tirer parti de *l'expérience*. L'expérientiel implique le primat des processus, l'expérimental le primat des procédures ;
- *L'existential* : suppose le primat du sens et des valeurs ;
- *Le potentiel* enfin implique le primat des réserves, des compétences potentielles que le sujet peut *actualiser*. Ces "réserves" peuvent ou non, selon les auteurs, être assimilées à des *dispositions* innées ou acquises.

Comme on le voit la notion de « thérapie centrée sur la personne » doit introduire une réflexion sur la notion de « centration » et sur celle de « personne ».

\* La *centration sur soi* introduit la question du caractère éventuellement égocentrique (cognitif), narcissique et égotiste (affectif) des conduites et des attitudes[4]. Il importe donc d'analyser comment la personne peut apprendre à gérer les nécessités de la *décentration* (cognitive) et de la *prise de distance affective* (par rapport à ses propres émotions et sentiments). Pour me « centrer sur l'autre » dois-je me « décentrer » de moi-même ? Quelles sont alors les caractéristiques et les limites d'une telle décentration ?

\* En ce qui concerne la *centration sur l'autre (ou sur les autres)*, il importe d'introduire des différences et des liens entre

- La *relation interpersonnelle*, à deux (dyadique) ou à plusieurs ;
- La *relation groupale* impliquant l'instauration d'un "nous" dépassant les relations entre personnes ;
- La *relation institutionnelle* impliquant l'instauration de systèmes de règles et de pouvoirs).

Ces trois types de relations favorisent de multiples processus de communications, d'influence, d'implications, de pressions, d'aides et de soutiens, de solidarités ou de divisions, de dépendances et d'identifications, etc.

La personne est à la fois un *socius* (membre d'une société complexe) et un *alter-ego*<sup>[5]</sup> (interlocuteur privilégié avec un autre qui est un peu moi, mais dont je diffère, les autres étant mes "semblables", et non des identiques, même si nous partageons avec eux des "identités").

\* La *centration sur la relation* amène à s'interroger sur l'entre-deux, sur les processus d'influence, sur les conduites coopératives ou les conflits, sur l'attachement et le détachement, sur l'implication ou la dés-implication, sur les pressions internes et externes, la gestion des situations et des projets, la nécessaire adaptation collective face aux situations difficiles, les fusions et les autonomisations, les marginalisations et les intégrations.

Analyser cette triple centration amène à élargir la notion de *centration sur la personne* dans la mesure où celle-ci est à la fois *l'autre, moi* et la *relation moi-autre*, dans une *situation* (personnelle), un *environnement* (spatio-temporel), un *entourage* (relations interpersonnelles, groupes et réseaux) et un *cadre* (institutions et cultures) spécifiques.

---

[1] L'article complet a été publié au Portugal sous l'intitulé « *personalisaçao e dinamica relacional* » dans la revue *Pessoa como Centro* . *Revista de estudos rogerianos* (Lisboa 1999-4, pp. 41-84). Il y a 20 ans .. L'article a-t-il vieilli ? à vous de nous dire ! Nous l'avons découpé et revu en 8 textes séparés pour en faciliter la lecture.

[2] *Journal des Psychologues*, n° 23, 1984

[3] 1969,74

[4] L'égoïsme implique l'incapacité intellectuelle à articuler le point de vue propre et le point de vue d'autrui ; le narcissisme implique de considérer le corps propre ou le moi comme objet d'attention et d'amour, l'égotisme implique l'enflure du moi (se percevoir comme le centre du monde et s'affirmer tel sous le regard d'autrui).

[5] Wallon, H., 1956