

## **Chapitre 1**

### **ELEMENTS DE LA THEORIE DU DEVELOPPEMENT DE LA PERSONNE DE CARL ROGERS**

## **Chapitre I**

### **ELEMENTS DE LA THEORIE DU DEVELOPPEMENT DE LA PERSONNE DE C. ROGERS**

**La vie est un continual processus  
de devenir (1) (C. Rogers)**

#### **I - INTRODUCTION**

C'est dans sa vie personnelle, professionnelle mais aussi familiale que Carl Rogers a puisé les éléments qui constituent aujourd'hui une théorie du développement de la personne. Son expérience, faite de milliers d'heures passées avec d'autres êtres, des enfants, des adultes, des clients, des étudiants, faite aussi de recherches, lui a enseigné que fondamentalement, tous les hommes ont une orientation positive, que la vie dans ce qu'elle a de meilleur est un continual processus de devenir (1). Bien sûr, des êtres souffrent, en proie à des peurs, à des contradictions internes ; bien sûr ces êtres peuvent dans leur comportement se montrer agressifs, asociaux, destructifs, ce qui semble contredire ce pari positif, constant à travers toute son oeuvre, que fait C. Rogers sur la nature humaine, mais c'est que le processus fondamental de leur vie s'est trouvé, à certains moments de leur histoire, altéré, enrayé, sans pour autant disparaître. Ce processus peut être restauré dans une relation chaleureuse avec une autre personne, un psychothérapeute par exemple, et alors peut réapparaître le fond de l'être, ce qui constitue sa dynamique propre, nécessairement de nature positive.

Nous voudrions ici essayer de donner rapidement quelques-uns des concepts fondamentaux qui jalonnent la théorie du développement de la personne de C. Rogers, qui illustrent son intuition fondamentale, celle de la positivité du développement humain.

---

(1) C. Rogers : Le développement de la personne. Paris - Dunod 1972 p. 24 et 25.

## II - ORGANISME ET TENDANCE ACTUALISANTE

### A. Un postulat :

La proposition fondamentale de la théorie de C. Rogers est la suivante :

"Tout organisme est animé d'une tendance inhérente à développer ses potentialités et à les développer de manière à favoriser sa conservation et son enrichissement". (1)

C'est cette tendance que C. Rogers désigne par le terme de tendance actualisante ou de tendance à se réaliser.

Le terme organisme est emprunté, nous dit M. Kinget (2), au monde médical, mais alors que dans celui-ci il servait à désigner ce qui se rapportait aux fonctions et tissus physiques, il est pris ici dans un sens beaucoup plus vaste : il désigne l'être dans sa totalité, en tant qu'unité vivante.

Ce postulat ne se limite pas, bien sûr, à la satisfaction des besoins élémentaires (air, nourriture ...), sa signification est beaucoup plus étendue, beaucoup plus riche de conséquence et un examen des termes "conservation" et "enrichissement" peut permettre d'en cerner le champ d'application.

### B. La Conservation :

Pour nous, il s'agit des possibilités qu'a tout être vivant de s'adapter, avec les limites inhérentes à son espèce, aux variations de son environnement. Celui-ci est changeant et l'organisme dans sa totalité manifeste sa tendance à s'équilibrer, à prendre une "forme" en équilibre avec le milieu extérieur. Cette partie du postulat privilégie l'action du milieu sur le sujet, le terme "enrichissement" apporte un autre éclairage.

### C. L'Enrichissement :

Pour C. Rogers, nous dit A. de Peretti (3), "L'organisme humain est une association dynamique, fluide, une forme établie essentiellement sur une tendance vers le devenir, sur un élan d'accomplissement de ses virtualités latentes par des relations à un environnement de plus en plus étendu".

---

(1) M. Kinget et C. Rogers : Psychothérapie et relations humaines. Tome 1.

Paris - Nauwelaerts. 1976 p. 172.

(2) ibidem : p. 31.

(3) A. de Peretti : Pensée et Vérité de C. Rogers. Toulouse. Privat. 1974 p. 161.

Cette tendance vers le devenir, élan de la vie, pousse l'être à agir, à établir des relations de plus en plus élargies avec son environnement. Pour nous, cela signifie que l'être interagit avec son milieu non seulement en fonction de l'équipement affectif, intellectuel, physique, conféré par le passé, mais aussi également par une force qui le projette vers l'avant. C'est cette force, nous semble-t-il qu'il faut laisser s'exprimer dans les situations d'apprentissages que l'on peut proposer aux enfants, aux adolescents, mais aussi aux adultes.

Cette position affirmant que tout être va dans le sens de l'enrichissement est loin d'être idéologique ; C. Rogers la tient de son expérience de psychothérapeute, de professeur ; elle peut aussi s'ancrer pour tout un chacun dans des observations quotidiennes relativement simples : - On peut tout d'abord, s'interroger soi-même : "Est-ce que notre vie, de manière globale, va dans le sens d'un enrichissement ?" ou encore : "Même si nous éprouvons des difficultés, ne ressentons-nous pas en nous cette tendance qui nous pousse à aller de l'avant, à étendre notre champ d'expériences, de connaissances sur nous, sur les êtres qui nous entourent et sur le monde qui est le nôtre ?"

Le développement de l'enfant, et C. Rogers aime souvent citer l'exemple de l'apprentissage de la marche, fourmille d'exemples : l'enfant tend à se réaliser par de nouvelles expériences, des essais qui lui permettent d'aller dans le sens d'une plus grande différentiation entre lui et le monde extérieur, qui lui permettent d'étendre le champ des objets sur lesquels il peut agir, d'étendre son champ d'accessibilité. Si l'on veut bien ne pas s'arrêter aux accidents de parcours, aux anomalies du développement, nous pensons que l'on peut reconnaître avec la même évidence la tendance actualisante et le processus de maturation sur le plan physiologique.

Dans le monde des adultes, cela peut paraître moins manifeste, particulièrement dans le monde des enseignants où l'innovation semble le fait de quelques-uns et l'immobilisme le fait de la majorité. Nous avons, quant-à-nous, dans notre expérience d'animateur à l'IREM, pu constater que même si parfois dans le champ spécifique de l'éducation elle ne se manifeste pas explicitement, cette force de vie poussant l'être à s'enrichir est toujours présente pour peu qu'on lui donne les moyens de s'exprimer, et les stages de formation sont sûrement un de ces moyens. Nous avons, par ailleurs, toujours été étonné des multiples activités extra-professionnelles (dans les milieux politiques, culturels,

socio-éducatifs, sportifs) qui pouvaient être représentées dans un groupe d'enseignants en formation.

D. Tendance à l'actualisation et espèces vivantes.

- . La tendance à l'actualisation n'est pas spécifique à l'être humain mais semble bien être inhérente à chaque organisme vivant :

Outre les arguments que nous venons de citer, il est presque étonnant de trouver des preuves de cette tendance dans le monde des animaux. Dans le chapitre qu'il consacre à la tendance à se réaliser dans "Un manifeste personneliste", C. Rogers consacre un assez long développement aux preuves apportées par le monde vivant non humain. Nous voudrions ici ne citer qu'un passage se rapportant aux rats de laboratoires : (1)

"Le soutien apporté au concept d'une tendance à la réalisation de soi vient parfois de sources inattendues : ainsi des expériences simples mais inhabituelles qui montrent que les rats préfèrent un environnement aux stimuli plus complexes à un environnement aux stimuli moins complexes. Il semble frappant que même le vulgaire rat de laboratoire, dans la limite de la complexité qu'il sait évaluer, préfère un contexte nettement plus stimulant à un contexte plus appauvri."

E. Directions de développement.

Une des conséquences de la tendance actualisante est que chaque être est capable de se diriger, de trouver à l'intérieur de lui, l'énergie pour aller de l'avant - la tendance à l'actualisation agit alors comme un système de motivations - et la direction dans laquelle il veut se diriger : l'être se projette en avant et finalise ses actions. C'est dire qu'il est capable de prendre des initiatives et que l'exercice de cette capacité est un besoin. Il ne s'agit pas d'initiatives se réduisant à des choix de directions rigides, indépendantes de l'environnement ; l'être est certes programmé génétiquement, mais sa capacité à s'auto-diriger s'exprime comme une capacité à s'auto-programmer en fonction des données du milieu extérieur.

---

(1) C. Rogers : Un manifeste personneliste. Paris. Dunod 1979 p. 194.

Il ne s'agit pas d'un système clos<sup>(1)</sup> bouclant sur lui-même un programme tout fait, mais d'un système ouvert<sup>(1)</sup> et dont le programme d'action va dépendre des données de son expérience. Citons Rogers<sup>(2)</sup> :

"On pourrait comparer l'individu à une gigantesque calculatrice électronique. Du moment qu'il est ouvert à son expérience, toutes les données venant de ses impressions, de sa mémoire, de son expérience acquise, de ses états viscéraux et internes sont introduits dans la machine - La machine tient compte de toutes ces tendances et de toutes ces forces qui lui sont données et calcule rapidement l'action qui serait le vecteur de satisfaction des besoins les plus économiques dans cette situation existentielle".

Le programme de calcul de l'action est interne à la personne et ne lui est pas dicté de l'extérieur.

"L'opération de la tendance actualisante a pour effet de diriger le développement de l'organisme dans le sens de l'autonomie et de l'unité" nous dit encore C. Rogers<sup>(3)</sup> - Il s'agit bien ici d'autonomie : l'être tend à fonctionner selon ses propres règles, internes à sa personne. On sait qu'on peut opposer à la fois autonomie à indépendance et à hétéronomie. Elle s'oppose à indépendance si l'on définit celle-ci comme un comportement ne prenant pas en compte les données du milieu extérieur - Elle s'oppose à l'hétéronomie qui résulte de la soumission aux vicissitudes des actions des forces extérieures, et à des règles émises par d'autres. Il s'agit là d'une distinction entre trois pôles qui est importante et qui n'est pas toujours faite par certains qui

---

(1) On peut, à la suite de Von Bertalanffy et de son ouvrage : Théorie Générale des Systèmes. Paris. Dunod, 1973, p 37, se contenter d'une définition vague de la notion de système du type "ensemble d'éléments en interaction". Les termes clos et ouvert servent alors à désigner une absence ou une présence d'échanges de matière, d'énergie, de signaux, avec le milieu extérieur à cet ensemble.

(2) C. Rogers. Le développement de la personne. Paris. Dunod. 1972.

(3) M. Kinget et C. Rogers : Psychothérapie et Relations Humaines. Tome 1. Paris. Nauwelaerts. 1976. P. 172.

secouant le joug de l'hétéronomie auraient tendance à considérer toutes contraintes venant de l'environnement comme irrecevables, et aussi par des enseignants qui peuvent avoir l'impression que faire des propositions d'activités, donner son opinion, c'est nécessairement soumettre les élèves à des règles qui ne sont pas les leurs, ou leur assigner des buts qui leur sont étrangers.

F. Sélectivité de la tendance à l'actualisation :

. La tendance à actualiser ses potentialités est sélective :

Carl Rogers<sup>(1)</sup> énonce sans ambiguïté cette caractéristique de la tendance actualisante : "On parle parfois de cette tendance comme si elle comprenait le développement de toutes les potentialités de l'organisme. Ceci n'est évidemment pas vrai. Comme quelqu'un l'a fait remarquer, l'organisme ne tend pas à développer ses aptitudes à la nausée, il ne réalise pas non plus sa capacité d'auto-destruction ni sa capacité à endurer la souffrance. Ce n'est que dans des circonstances inhabituelles ou contre-nature que ces potentialités se mettent à prendre corps. Il apparaît clairement que la tendance à la réalisation est sélective et orientée dans une certaine direction, c'est une tendance constructive, si vous voulez".

G. Une tendance positive.

Le noyau intime de la personnalité est de nature positive. Citons C. Rogers à ce propos : "Un des concepts les plus révolutionnaires qui surgit de notre expérience clinique est l'intuition croissante que le noyau le plus intime de la nature de l'homme, les couches les plus profondes de sa personnalité, la base de sa nature animale est de nature positive, est socialisée à la base, progressive, rationnelle et réaliste." <sup>(2)</sup>

-----

(1) C. Rogers : Un manifeste personneliste. Paris. Dunod. 1979. P. 195.

(2) C. Rogers : le développement de la personne. Paris. Dunod. 1972 P. 74.

Il y a là une opposition majeure avec certaines thèses énoncées par Freud, lequel assure que "la civilisation doit tout mettre en oeuvre pour limiter (par des barrières) l'agressivité humaine et qui parle d'hostilité primaire qui dresse les hommes les uns contre les autres"<sup>(1)</sup>. Il est certes vrai que le dialogue qui semble s'établir généralement en psychothérapie permet de dévoiler, dans un premier temps, des agressivités refoulées, des violences qui n'avaient pu s'exprimer, mais notre sentiment est bien qu'une fois libérées, les énergies captées par ces refoulements, ce qui reste, ce qui apparaît, c'est bien cette tendance positivement sociale qui pousse les êtres à entrer en communication chaleureuse. Rogers<sup>(2)</sup> note d'ailleurs, à propos du refoulement "qu'il n'y a pas que les impulsions mauvaises, socialement défendues qui font l'objet de celui-ci, mais que bien souvent, les sentiments les plus profondément refoulés sont des sentiments d'amour, de bonté, de confiance."

Nous voudrions ici emprunter quelques lignes à Max Pagès qui partant d'analyses faites par Reich, Perls et Bettelheim écrit<sup>(3)</sup> "Le désir de l'enfant est avant tout désir d'initiatives, d'activités d'influence sur les autres, plutôt que le besoin de possession d'un objet matériel ou humain. Et ce désir peut être satisfait s'il est reconnu par la mère et plus tard par les autres. C'est l'insatisfaction du désir d'initiative et d'influence de l'enfant qui crée des besoins inextinguibles de lait, de présence, d'affection qui eux ne peuvent être complètement satisfaits. C'est dans l'expression et la reconnaissance de son désir par l'autre, dans une expérience de plaisir partagé que l'enfant acquiert et confirme le sentiment d'exister et d'avoir une identité personnelle. Ainsi, le désir, serait-il dès l'origine, dans ses manifestations instinctuelles les plus primitives, le désir d'une expérience sociale, le désir de se voir reconnaître et confirmer

-----

(1) Cité par A. de Peretti in : Pensée et Vérité de C. Rogers.  
Toulouse. Privat (1974).

(2) M. Kinget et C. Rogers: Psychothérapie et Relations Humaines.  
Tome 1. Paris. Nauwelaerts. 1976. p. 182.

(3) Max Pagès : Le travail amoureux. Paris. Dunod 1977. p. 33

comme disait Martin Buber, son identité par autrui et le plaisir, la confirmation du désir, serait la première expérience de socialité, la découverte d'autrui par la reconnaissance mutuelle des désirs."

Cette analyse de Pagès nous semble aller dans le sens de C. Rogers lorsque celui-ci déclare<sup>(1)</sup> :

"L'homme a fondamentalement un désir violent de relations sûres, intimes, communicantes avec les autres et il se sent coupé, solitaire et incomplet quand de telles relations n'existent pas. Cette tendance comme beaucoup d'autres, peut être bloquée ou déviée et il s'ensuit que beaucoup d'individus s'isolent, et que beaucoup vivent avec les autres dans des relations hostiles, distantes et incommunicantes. Cependant la tendance la plus profonde, la caractéristique la plus fondamentale semble être la tendance sociale : ainsi que l'indique le fait que si, une relation non menaçante est offerte, comme en thérapie, et peut être perçue comme sûre, les individus tendent invariablement à entrer en elles".

Le débat, sur les tendances primitives de l'être est certes d'importance, mais il ne nous semble pas nécessaire de le trancher, de prendre position nettement pour aller de l'avant. Ce qui nous paraît important en matière éducative, c'est de croire à la tendance actualisante, au fait qu'elle puisse s'exprimer dans une ligne socialement positive et de rechercher alors les conditions relationnelles, environnementales dans lesquelles il faut placer le sujet pour que cette tendance puisse s'exercer et ceci de façon positive.

### III - LA NOTION DE MOI

Bien que cette notion ne soit pas apparue d'emblée comme pourvue d'une valeur scientifique à C. Rogers, elle se trouve jouer cependant un rôle de premier plan dans sa synthèse théorique. Elle est, d'après M. Kinget, le pivot de sa théorie de la personnalité, car "tendance à l'actualisation et notion du moi" sont les deux facteurs

---

(1) cité par A. de Peretti in Pensée et Vérité de C. Rogers. Toulouse. Privat. 1974.

qui conjugués, déterminent le comportement de la personne.

A. Définition.

Voici la définition qu'en donne C. Rogers<sup>(1)</sup> :

"C'est la configuration expérientielle composée de perception se rapportant au moi, aux relations du moi avec autrui, avec le milieu et avec la vie en général, ainsi que des valeurs que le sujet attache à ces diverses représentations".

Le moi d'une personne, c'est la représentation qu'elle a d'elle-même en tant qu'objet en opposition aux autres objets qui constituent son environnement. On sait que la distinction entre moi et "non-moi" se fait dès les premiers mois de la vie par une activité différentiante, bien décrite par Piaget. Cette activité différentiante montre bien que le moi est une notion expérientielle, une représentation qui s'édifie dans l'expérience du sujet ; c'est une fonction multiforme de la totalité des expériences vécues par le sujet.

B. MOI et structure.

Le moi ne peut se réduire à l'accumulation des expériences vécues par le sujet conçues comme un ensemble d'objets sans relation. C'est une structure, une organisation du passé et du présent expérientiel du sujet. Nous avons usé du terme "fonction multiforme", car cette structure n'est pas fixe, ou plutôt elle n'est pas continuellement déformable avec le temps ; elle peut être l'objet de variation brusque à la suite de modifications de l'environnement ou à la suite de l'apparition en conscience d'un élément précédemment non symbolisé. Une personne peut avoir à un moment donné une image positive d'elle-même et quelques instants plus tard une image négative : il suffit d'une phrase prononcée par une autre personne la concernant, par exemple. Citons Rogers :

"Le moi se révèle comme une Gelstatt qui se modifie non essentiellement

---

(1) M.Kinget et C. Rogers : Psychothérapie et Relations Humaines (Tome 1)  
Paris. Nauwelaerts. 1976. p. 179.

*par voie d'addition ou de soustraction, mais par voie d'organisation ou de réorganisation".* (1)

#### C. Moi et MILIEU : Réalités subjectives.

Que ce soit le moi ou le milieu, ce qui importe dans les conduites que le sujet va adopter, c'est la représentation à la fois qu'il a de lui-même et celles qu'il se fait du monde dans lequel il vit. Rogers déclare<sup>(1)</sup> :

*"L'enfant vit dans un milieu qui, du point de vue psychologique n'existe que pour lui, dans un monde de sa propre création".*

G. Lerbet insiste dans un de ses derniers ouvrages<sup>(2)</sup> sur ce caractère subjectif simultané du moi et du milieu (Own World). Ce caractère subjectif du monde de l'enfant et de l'adulte fait qu'une personne n'est pas réductible à une autre. Un fait peut être considéré comme important par une personne, avoir une signification, entrer en résonnance avec ce qu'elle est, ce qu'elle pense et en laisser une autre indifférente. De la même façon deux personnes placées dans une même situation peuvent la ressentir très différemment selon que celle-ci est perçue comme renforçant ou au contraire, altérant, ou encore n'agissant pas sur l'image que chacune se fait d'elle-même dans le moment impliquée, ou selon qu'il y a accord ou non avec leurs systèmes de valeurs.

#### D. Moi et tendance à l'actualisation.

- Moi et tendance à l'actualisation sont les déterminants du comportement de la personne : La tendance à l'actualisation agit comme source d'énergie, elle pousse l'être de l'avant, crée en lui des besoins d'initiatives. Dans son système de valeurs, le moi joue un rôle central et la personne va agir dans un sens qui conserve ou enrichit la notion

---

(1) M.Kinget et C. Rogers : Psychothérapie et Relations Humaines. Tome 1.  
Paris - Nauwelaerts. 1976. p. 182.

(2) G. Lerbet : Une nouvelle voie personneliste : le système personne.  
Mesonance. N° 2 IV. 1981. p. 22-25.

de moi. Très simplement, cela signifie qu'elle va éviter d'agir dans un sens qui compromet l'image qu'elle a d'elle-même mais plutôt dans un sens qui va la renforcer ou l'enrichir. C'est ainsi, par exemple, qu'elle évitera les situations qui lui sembleront la conduire à des échecs pour rechercher au contraire des situations où elle se croira capable d'agir avec satisfaction. Il va de soi que la situation, en particulier au moment des choix est loin d'être toujours aussi claire et qu'une personne, mûe par la tendance à l'actualisation peut s'engager dans une action sans être tout à fait sûre de réussir. Elle fait un pari, conscient ou non, que l'action entreprise lui apportera satisfaction et s'il en est bien ainsi, elle se trouvera renforcée dans l'image qu'elle a d'elle-même. Elle prend un risque, parallèlement, celui d'échouer et par là même, le risque de diminuer la valeur qu'elle s'accorde. Encore, ici, ne faudrait-il pas assimiler échec ou réussite à diminution ou renforcement de l'image de soi : c'est beaucoup plus la perception subjective que la personne pourra avoir de l'action entreprise que son résultat qui va jouer. C'est ainsi, que des personnes suffisamment matures peuvent fort bien vivre des échecs, ne pas atteindre les buts fixés, tout en retirant des éléments positifs et en confortant l'image qu'elles ont d'elles-mêmes. Le choix fait par la personne peut être ressenti comme ambivalent et cela nous semble particulièrement vrai dans les situations d'apprentissages : la personne peut se trouver à la fois, avoir envie de faire telle chose en espérant un rehaussement de son moi et en même temps ressentir une menace, avoir peur d'y laisser quelque chose ou encore avoir peur d'amoindrir l'image qu'elle a d'elle-même.

Nous allons présenter maintenant deux notions, le besoin de considération positive et la notion de régulation interne du sujet qui peuvent permettre de comprendre en quoi la personne peut fonctionner correctement ou non, en quoi la dynamique de la tendance à l'actualisation peut se trouver perturbée.

#### IV - LE BESOIN DE CONSIDERATION POSITIVE

La considération positive englobe généralement les sentiments et attitudes de chaleur, d'accueil, de sympathie, de respect et d'affection. Besoin inné ou acquis, Rogers ne tranche pas la question, toujours est-il qu'il semble universel, qu'il semble exister chez tout être humain ; c'est le besoin d'être aimé et d'être reconnu comme une personne ayant une valeur. Carl Rogers nous dit :

*"l'enfant découvre que l'affection qu'on lui témoigne lui procure de la satisfaction. Il apprend donc à éprouver un besoin d'affection."*

Ce besoin peut s'exprimer dans des situations diverses, familiale, scolaire, professionnelle. C'est le besoin de ressentir que l'on existe pour les autres et que cette existence est reconnue comme positive.

C'est là, nous semble-t-il, une des notions-clés de la théorie Rogerienne : le regard de l'autre, tel que nous le percevons subjectivement, va influer sur notre façon de nous considérer nous-même, sur les valeurs que nous attribuons à notre moi. Le regard de chaque personne que nous allons rencontrer, ne va pas intervenir de la même façon, certains regards nous seront plus indifférents mais nous accorderons à d'autres une grande importance (C. Rogers parle d'autrui significatifs) : il importe d'y lire, vis-à-vis de notre être pris dans sa totalité, un sentiment d'estime, le sentiment d'être apprécié, d'être compris.

Ce besoin montre que l'être humain en tant qu'"animal social" va se construire en interrelation avec autrui et que de la nature de ces relations va dépendre son système de valeurs et nous allons le voir le fonctionnement de sa tendance à l'actualisation.

#### V - SYSTEME DE REGULATION OU D'EVALUATION

##### A. Description du mécanisme.

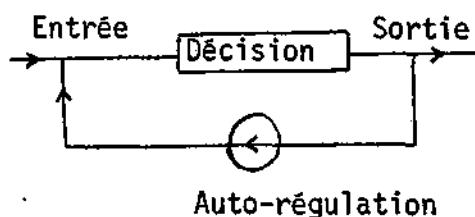
Comme le dit Max Pagès<sup>(1)</sup>, "Une des idées maîtresses de Rogers est qu'au fond l'individu possède un système propre de

-----  
<sup>(1)</sup> Max Pagès : L'Orientation non directive. Paris. Dunod. 1970. p. 20.

régulation<sup>(1)</sup> de son expérience ou encore que la personnalité fonctionne comme un système de finalités régulées, c'est-à-dire que l'expérience d'une part est orientée vers des fins, le maintien et la promotion de l'organisme, et que d'autre part, un individu possède un système de contrôle, de régulation, qui lui permet d'apprécier les résultats obtenus en fonction des fins poursuivies et qui oriente l'expérience ultérieure".

Ce système de contrôle peut intervenir à tout instant dans une régulation quasi-instantanée de l'action ou également lorsque le développement de la pensée est suffisant, de façon anticipatrice.

Le schéma classique, sous sa forme la plus simple, de la régulation est le suivant :



Les propres actions ou intentions du sujet sont réintroduites dans le système pour l'élaboration de décision. L'être possède un système "d'auto-évaluation" organismique qui lui permet d'apprécier, pas nécessairement en conscience, si les actions faites ou envisagées vont dans le sens voulu par la tendance actualisante, c'est-à-dire dans un sens qui conserve ou enrichit le potentiel de l'individu et qui satisfait ses besoins. Mais c'est là que l'on peut situer le point central d'un mauvais fonctionnement, c'est que la fonction du système d'auto-régulation peut être perturbée d'une part par des valeurs "introjectées", non internes

---

(1) On peut considérer celui-ci comme un sous-système du système-personne, dont la fonction est d'apporter au système certaines informations concernant les effets de celui-ci et permettant de corriger son fonctionnement : une partie de l'effet (OUTPUT) est renvoyée à la source (INPUT).

au sujet, et qui trouvent leur source chez d'autres personnes et plus particulièrement chez les autres significatifs du sujet, et d'autre part par le fait que des parcelles d'expérience du sujet sont bloquées au niveau du système d'auto-régulation et ne parviennent pas au centre de décision.

#### B. Un exemple et deux cas.

On peut examiner ce mécanisme en utilisant l'exemple développé par M. Kinget<sup>(1)</sup>, celui de l'enfant jaloux d'un petit frère ou d'une petite soeur. Un fils aîné, par exemple, peut craindre, à la naissance d'un petit frère, et en voyant les soins qui lui sont apportés par ses parents, que l'affection que lui portaient ceux-ci ne soit plus la même, qu'elle diminue. Une réaction de ce fils aîné peut être alors, pour retrouver la situation antérieure qui le satisfaisait mieux, de désirer "gommer" de son existence ce nouvel arrivant, d'avoir envie de le faire disparaître et cette réaction peut trouver son expression verbalement dans des expressions du type : "Je veux le tuer ; il faut jeter le bébé". Examinons deux cas de figures possibles : le premier cas sera celui permettant un bon fonctionnement du processus de régulation interne de l'enfant, et le second, celui qui va conduire à une introduction de valeurs externes à l'enfant et à l'élimination d'une part de son expérience.

##### a) Premier cas :

Les parents comprennent le ressenti de leur fils aîné le lui dise : "Je comprends ce que tu ressens" et lui montrent tant par leurs déclarations verbales que par leur comportement général qu'il est le sujet d'une affection toujours aussi grande même si celle-ci est partagée, mais que par ailleurs, le petit frère est là lui aussi et qu'il est aussi un sujet de plaisir et d'affection de leur part. Le système de régulation

-----

(1) M. Kinget et C. Rogers : in Psychothérapie et Relations humaines. Tome 1. Paris. Nauwelaerts. 1976. p. 38-39.

de cet enfant peut alors jouer de la manière suivante : il veut conserver l'affection de ses parents, il se sent menacé par l'arrivée de ce petit frère, il a le désir de l'éliminer mais cela n'est pas possible car cela ne ferait pas plaisir à ses parents ; ceci c'est ce que son expérience organismique lui communique dans un premier temps. Mais ensuite, il peut accepter que ce petit frère puisse être aussi une source de plaisir pour lui, dans sa relation avec lui et avec ses parents - Il trouve du plaisir à aimer son petit frère et il abandonne progressivement son désir de l'éliminer, pouvant s'assurer que ses parents lui portent, peut-être de manière différente, toujours de l'affection. Dans ce processus décrit schématiquement et qui fait bien sûr intervenir le temps, ce qu'il importe de percevoir, c'est que ce sont les éléments d'expérience de l'enfant qui sont introduits dans son système d'auto-régulation. A aucun moment, il n'a à désavouer ses sentiments : il assume ceux-ci et à la longue reconnaît les directions d'actions, en interrelation avec son monde environnant, qui s'avèrent les plus satisfaisantes.

C'est comme le remarque Max Pagès<sup>(1)</sup> que  
l'individu humain est capable, sans que l'on exerce de pression sur lui de modifier son système de valeurs en fonction de son expérience même, à mesure que celle-ci se développe".

b) Deuxième cas :

Le début de l'histoire est le même mais elle change lorsque les parents entendent des expressions du type "Je veux le tuer". Ils trouvent cela monstrueux, inacceptable, punissent l'enfant en lui déclarant que s'il redit quelque chose d'analogique, ils ne l'aimeront plus, mais que par contre, son petit frère est gentil et qu'il doit l'aimer. Il y a là une menace sérieuse qui semble trouver ces sources en lui, dans son propre comportement, à l'image que l'enfant se faisait de lui-même qui était celle d'un enfant digne d'amour de la part de ses parents.

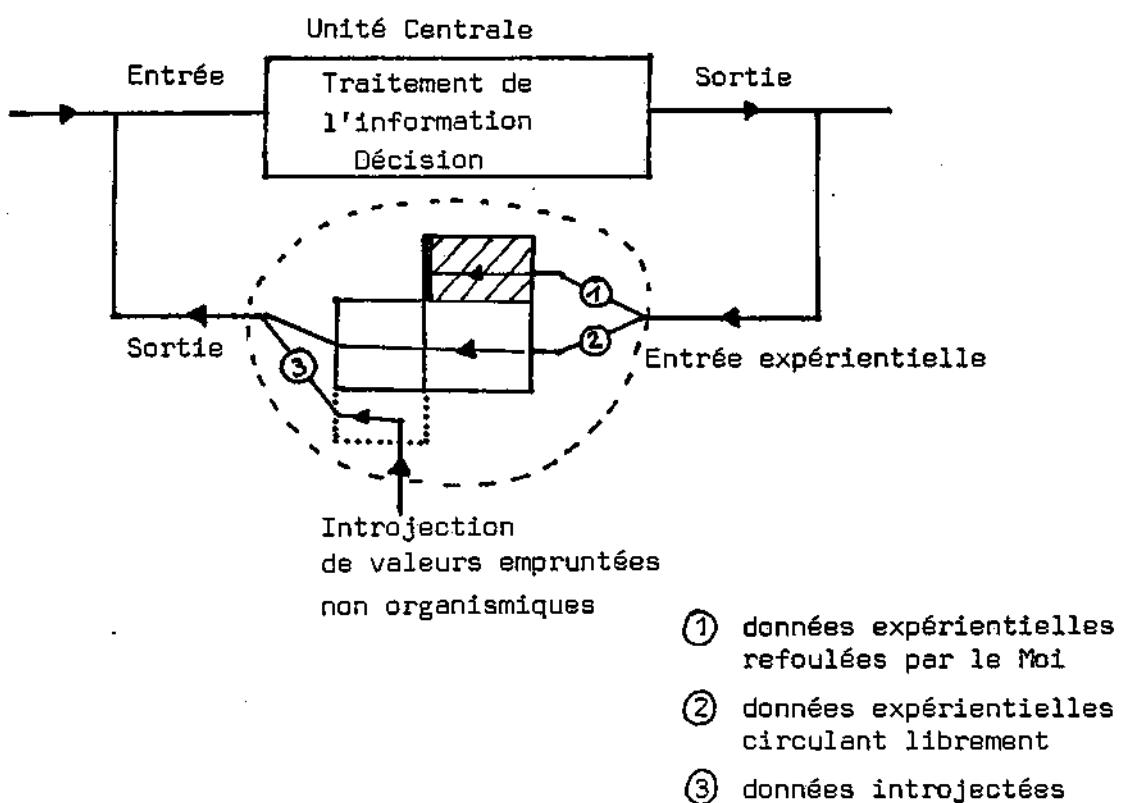
-----

(1) Max Pagès : l'Orientation non-directive. Paris. Dunod. 1970. p. 21.

Et l'enfant va se trouver dans un dilemme insoluble en conscience : c'est parce qu'il a peur de perdre l'affection de ses parents qu'il désire éliminer son petit frère et c'est parce qu'il déclare vouloir éliminer ce petit frère que ses parents le menacent de ne plus l'aimer. Une solution psychologique consiste à faire disparaître en conscience le sentiment actuel qu'il éprouve vis-à-vis de son petit frère pour préserver l'image de lui-même, de petit garçon aimé de son papa et de sa maman. Il va faire disparaître en conscience des sentiments qui n'en continueront pas moins à exister organiquement et leur substituer au niveau de son système de régulation des éléments, des sentiments qui ne sont pas siens mais empruntés aux valeurs de ses parents, du type "J'aime mon petit frère."

### C. Un schéma.

On peut, pour éclairer ce mécanisme, proposer le schéma suivant :



Il s'agit de décomposer en deux parties distinctes le système de régulation, une partie qui intégrerait la totalité des données<sup>(1)</sup> issues de l'expérience du sujet et une seconde qui par l'intermédiaire du MOI agissant comme agent sélecteur, ne laisserait pénétrer et ressortir vers la centrale<sup>(2)</sup> où se traite l'information que les données issues de l'expérience qui seraient conformes à l'image du MOI, mais qui, en compensation, y intégreraient des valeurs externes au sujet. Et c'est là que se trouve une source de disfonctionnement qui se traduit par un désaccord entre le MOI et l'expérience.

## VI. LE MOI ET L'EXPERIENCE

### A. Définition.

Pour aller plus loin, il nous faut définir, bien que nous l'ayons déjà employé, ce concept important dans la pensée de C. Rogers, celui d'EXPERIENCE :

"C'est tout ce qui se passe dans l'organisme à un moment quelconque et qui est potentiellement disponible à la conscience, autrement dit, tout ce qui est susceptible d'être appréhendé par la conscience."<sup>(3)</sup>

---

(1) Définir précisément la notion de données n'est pas simple, car celles-ci ne sont pas objectives mais relèvent déjà de l'activité du sujet : cependant on peut dire que leur rôle est potentiellement de fournir l'impulsion initiale qui permet à l'unité centrale (2) de fonctionner. Bien que déterminées par des éléments qui peuvent être extérieures, on peut considérer les données comme internes à la personne.

(2) Nous utilisons ici volontiers une imagerie empruntée au monde de l'informatique qui distingue "les périphériques" qui assurent l'échange avec le milieu extérieur et l'unité centrale qui traite les informations.

(3) M. KINGET et C. ROGERS : Psychotérapie et Relations Humaines. Paris Nauwelaerts . 1976. p. 174. Les traducteurs français traduisent "awareness" par conscience. Dans l'ouvrage mentionné, nous pouvons lire que "Représentation, Symbolisation et conscience" sont trois termes qui peuvent être interchangés.

### B. Désaccord entre le moi et l'expérience.

L'exemple de l'enfant jaloux, celui du deuxième cas de figure, montre que le besoin de considération positive peut perturber la perception qu'à l'individu de son expérience. Cette perception va passer par le crible des valeurs de personnes-critères (qui sont source de la satisfaction du besoin de considération positive), ce qui fait que les expériences conformes à ces valeurs seront perçues et symbolisées correctement dans la conscience, alors que les expériences non conformes seront soit déformées de manière à les rendre conformes à ces valeurs, soit interceptées à la conscience.

Ce mécanisme menace l'unité de l'organisme : des expériences ne sont pas intégrées dans la structure du moi mais n'en reste pas moins réelle pour l'organisme. Il s'établit un désaccord entre le moi et l'expérience, un désaccord qui va apparaître sur le plan comportemental car il pourra y avoir conflit entre la source de l'action, la tendance actualisation et la direction prise par l'individu qui tend à respecter la structure du moi. Ce conflit sera source d'insatisfaction car les besoins liés à la tendance actualisante ne seront que partiellement satisfaits et corrélativement source d'un gaspillage d'énergie interne. Les éléments de l'expérience non intégrés dans la structure du moi vont créer comme des "factions" dans l'organisme, lesquelles par leur présence et par l'énergie potentielle qu'elles représentent vont menacer la structure de moi. L'individu devra dépenser de l'énergie interne pour lutter, pour concilier en lui ces deux parties antagonistes, et dans l'action tantôt une partie, tantôt l'autre l'emportera. La personne sera donc divisée sur le plan interne et sur le plan comportemental.

### C. Le Processus de défense.

Cette perception sélective de l'expérience, sa déformation ou son interception pour conserver la structure du moi, constituent ce que Rogers nomme "le processus de défense" : c'est la structure du moi qui est ainsi défendue. Si on peut certes imaginer d'un point de vue théorique

des êtres qui ont pu se développer sans mettre en oeuvre ce processus, cela reste probablement illusoire, mais lorsque ce processus s'effectue trop intensément, il peut bloquer gravement la dynamique du développement. La personne se sentant menacée, mais elle ne connaît pas bien sûr les origines de cette menace, va s'accrocher à une structure de son moi et à une perception falsifiée de son expérience qui lui donneraient satisfaction à un moment de son histoire et bloquer la source de son développement, la source énergétique lui permettant de s'enrichir, la tendance à l'actualisation.

#### VII - LE PROCESSUS DE REINTEGRATION

Le mécanisme décrit par le terme de processus de défense n'est pas, heureusement pour la personne, irréversible.

Les expériences refoulées ou déformées, celles qui ne sont symbolisées correctement pour préserver la structure du moi, restent disponible, dans l'instant où elles sont éprouvées, à la conscience.

Le processus de réintégration va se jouer de façon privilégiée en psychotérapie mais aussi dans la vie quotidienne dans une relation vécue positivement : si une autre personne témoigne une considération positive suffisamment forte, sans conditions de valeurs, et si la perception par la personne qui est ici en question, de cette considération positive s'effectue, alors cela va lui permettre d'assouplir ses mécanismes de défense et de laisser remonter en conscience des éléments d'expérience jusqu'ici refoulés.

La considération positive de l'autre joue comme une garantie : la personne peut se laisser aller à éprouver des éléments d'expériences jusqu'ici défendus ; elle sait qu'elle restera l'objet d'estime et par voie de conséquence son besoin de considération positive sera suffisamment satisfait pour qu'elle puisse à nouveau évoluer dans une recherche d'harmonie entre la structure de son moi et les données de son expérience.



C'est un des apports fondamentaux de C. Rogers au monde de la psychothérapie mais aussi plus généralement au monde des relations humaines que d'avoir su dégager de sa pratique et en collaboration avec les chercheurs dont il a su s'entourer, les conditions "fines" qui doivent être assumées par celui qui veut "aider" une autre personne à entrer en communication avec elle-même. Ce sont ces conditions que nous examinerons dans le deuxième chapitre, mais auparavant nous aimerions terminer celui-ci par quelques mots sur le fonctionnement optimal de la personne car celui-ci éclaire ce qu'est une "vie pleine" pour C. Rogers.

### VIII - LE FONCTIONNEMENT OPTIMAL DE LA PERSONNE

D'après les lignes qui précédent, on peut dégager facilement qu'il y a fonctionnement optimal lorsqu'il y a accord entre le moi et l'expérience. Cet accord, suivant Rogers, peut se traduire par trois caractéristiques liées entre elles comme trois facettes d'une même réalité :

- l'ouverture à l'expérience immédiate
- le fonctionnement existentiel
- la confiance que la personne a en son fonctionnement organismique.

#### A. L'ouverture à l'expérience immédiate.

Citons Rogers<sup>(1)</sup>. "Si quelqu'un pouvait être complètement ouvert à son expérience, tout stimulus que son origine soit dans l'organisme ou dans le milieu serait librement relayé par le système nerveux sans être déformé par un mécanisme de défense... Que le stimulus soit le choc d'une configuration de formes, de couleurs ou de sens dans le milieu extérieur, agissant sur les nerfs sensitifs ou un souvenir venu du passé, ou une sensation viscérale de peur, de plaisir ou de dégoût, la personne vivrait cette expérience".

---

(1) C. Rogers : Liberté pour apprendre. Paris DUNOD. 1972- p. 281.

La personne est en quelque sorte, transparente à elle-même. Elle vit ses sentiments, laisse remonter en elle des souvenirs, se laisse pénétrer par les stimulations du monde extérieur. Toutes ces données, passant dans le système de régulation sans être déformées ou interceptées, permettent à la personne d'agir en prenant en compte au mieux l'ensemble des données réelles, à la fois internes et externes, dans la situation vécue dans l'ici et le maintenant, et on comprend en quoi, elle peut alors définir un vecteur d'action le plus économique pour aller vers la satisfaction de ses besoins : la personne dispose à la fois sur le plan organismique de l'ensemble des données subjectivement importantes et son énergie interne ne se perdant pas dans la résolution de tensions internes peut s'utiliser à définir et à parcourir la direction la plus adéquate (en espérance à priori et non peut-être de fait à posteriori).

Une personne ouverte à l'expérience n'est pas nécessairement "heureuse" à tout moment de sa vie. On voit que pouvant vivre à tout instant ses sentiments, ceux-ci peuvent être aussi bien joie et amour que peine, souffrance, peur ou douleur.

Ce qui importe, ce n'est pas la qualité des sentiments vécus, mais la présenciation de ceux-ci, la disponibilité de ceux-ci. Carl Rogers pour illustrer ce concept d'ouverture à l'expérience immédiate utilise le cas d'un client et c'est à propos de celui-ci qu'il déclare (1) : "Auparavant (avant le traitement psychothérapeutique) ce client ne pouvait pas ressentir en toute liberté qu'il souffrait ou qu'il était malade parce qu'être malade lui paraissait innacceptable. Il ne pouvait davantage éprouver de la tendresse ou de l'amour pour son enfant, parce que de tels sentiments signifiaient qu'il était faible et parce qu'il devait garder le masque de la force. Maintenant il peut s'ouvrir authentiquement à l'expérience de son organisme : il peut se sentir réellement fatigué quand il est fatigué ; il peut ressentir de la douleur quand son corps souffre ; il peut ressentir en toute liberté l'amour qu'il éprouve pour sa fille comme

---

(1) C. Rogers : Liberté pour apprendre. Paris DUNOD - 1972 - p. 283.

il peut aussi ressentir et exprimer l'ennui qu'il éprouve devant elle. Il peut librement vivre les expériences de son organisme tout entier au lieu de leur fermer les portes de sa conscience".

On peut voir, à la lumière de cet exemple, que la structure du moi, dans un tel fonctionnement d'ouverture, est fluide et s'équilibre à tout instant sur les données fournies par l'organisme qui fonctionne comme un tout, comme une unité. Il s'agit bien d'une équilibration qui se fait à chaque instant comme l'illustre la notion de fonctionnement existentiel.

#### B. Fonctionnement existentiel.

La personne qui serait pleinement ouverte à son expérience, fonctionne dans "l'ici et le maintenant" (*hic et nunc*). Citons C. Rogers<sup>(2)</sup>: "Je crois qu'il est évident que pour la personne qui serait complètement ouverte à son expérience, complètement non défensive, chaque instant serait nouveau. La configuration complexe des stimuli internes et externes qui apparaît en ce moment n'a jamais existé auparavant sous cette forme précise. En conséquence, notre hypothétique personne saisirait que "ce que je serai dans l'instant qui vient, et ce que je vais faire, naît de l'instant présent et personne ne peut le prédire, ni moi, ni un autre".

C'est ce fonctionnement dans l'ici et le maintenant, ouvert à l'expérience que C. Rogers qualifie d'existential. Il ne s'agit pas de nier l'importance du passé de la personne. Celui-ci est inscrit en mémoire dans la personne et des éléments de ce passé peuvent remonter en conscience ou être intégrés dans l'expérience vécue dans l'ici et le maintenant. La personne reste riche de son passé. Il ne s'agit pas non plus d'un fonctionnement que pourrait caricaturer les expressions populaires de "girouette" ou de "tête en l'air": la personne est mue par des projets et dire que la personne fonctionne de façon existentielle, signifie que ces projets sont riches et s'enrichissent à tout instant de l'expérience vécue dans le moment vécu. C'est l'expérience vécue qui

---

(2) C. Rogers : Liberté pour apprendre. Paris - Dunod - 1972, p. 285.

structure le sujet, son moi en particulier et ce n'est pas le moi rigidié qui impose une structure à l'expérience, mais et c'est là ce qui est extraordinaire c'est que l'organisme est digne de confiance; il est en quelque sorte raisonnable et plein de cohérence.

### C. L'organisme est digne de confiance.

Quand une personne fonctionne existentiellement, ouverte à l'expérience, son organisme équilibre les besoins de sa tendance actualisante et de son moi et détermine les vecteurs d'action les plus économiques et les plus satisfaisants : il va de soi, en corollaire, que l'organisme en tant que guide d'actions sera perçu par la personne comme digne de confiance. L'organisme fonctionnant pleinement est en quelque sorte raisonnable car plus qu'un organisme mettant en jeu des mécanismes de défense, il tiendra compte des données réelles, non déformées. Il sera plus objectif, même si dans cet "objectif" on doit surtout inclure la prise en compte de données dont le caractère est essentiellement subjectif. Son comportement sera à la fois plus "raisonnable sur le plan interne" car il intégrera dans ses actions ses propres besoins et plus raisonnable sur le plan externe car il intégrera également les données du milieu extérieur.

Nous n'avons pas à faire à une personne qui se marginalise, n'écoulant que ses propres impulsions : l'être fonctionnant pleinement au sens de Rogers est un être social, qui est animé par un désir d'échanger, de communiquer, en particulier sur un plan affectif avec les autres et ces désirs sont bien sûr à intégrer dans les données qui vont guider, dans l'instant, ses actions : les autres, ce qu'ils sont, leurs dynamiques, leurs affections, leurs comportements, leurs propres désirs, vont être source, celà est évident, de données qui vont être prise en compte par l'organisme ; si celà n'était pas, on ne pourrait parler "d'ouverture".

Nous n'avons pas à faire non plus à des êtres adaptés à la société au sens conformiste du terme ; il ne s'agit pas nécessairement d'êtres se contentant des conditions de vie que la société leur offre, à eux et aux

autres, mais leurs perceptions du monde extérieur et leurs propres désirs (pour eux et pour les autres ; faire plaisir à l'autre, c'est aussi se faire plaisir à soi) font que, dans la liberté de leur mouvance, on peut les rencontrer comme des êtres engagés, qui tendent, par des voies réalisables, à modifier le monde dans lequel ils vivent.

#### D. Fonctionnement optimal et besoin de considération positive :

Notre sentiment est qu'un fonctionnement optimal trouve sa source dans une satisfaction du besoin de considération positive. Si les "autrui significatifs" d'une personne lui témoignent, dans son fonctionnement tel qu'il est, avec l'expression de tout ce qui vient de son organisme, des marques de valeurs réelles, alors la personne peut faire fondamentalement confiance en son organisme. Sur le plan psychologique, la considération positive joue nous semble-t-il, un rôle analogue à celui de la nourriture sur le plan physiologique. L'enfant plus que l'adulte a sûrement besoin de marques de considération positive, mais nous ne croyons pas non plus qu'il soit des adultes qui puissent s'en passer. Cependant, il nous semble vrai que la considération positive communiquée par le regard des autres peut se stocker<sup>(1)</sup> à l'intérieur de la personne et que si le stock est important, c'est à l'intérieur d'elle-même que la personne va trouver la satisfaction de son besoin de considération positive, c'est son propre regard jeté sur ses actions, qui lui permet de s'assurer de sa valeur. Mais nous le répétons, nous croyons que ce système de valorisation a besoin, par moment, de se nourrir dans le regard des autres. La personne, ouverte à l'expérience, par sa capacité à éprouver davantage que d'autres des sentiments positifs mais aussi négatifs, recevra en partage davantage de marques de considération positive et par là même son fonctionnement sera tel qu'elle satisfera mieux qu'une personne défensive, ces besoins de considération positive, par là même alimentera mieux ses "batteries" de considération positive de soi, et se concevant comme une personne digne d'affection, d'amour, d'estime sera mieux à même d'être disponible à ses sentiments, à l'action, à d'éventuelles modifications de ses structures internes.

---

(1) Il s'agit ici d'une image et il faudrait sûrement pas assimiler la considération positive communiquée par les autres à une entité consommable.

## CONCLUSION

La vie est un continual processus de devenir et des appren-tissages<sup>(1)</sup> s'inscrivent dans ce processus. Une salle de classe est avant tout composée d'êtres vivants, enseignants et élèves qui sont tous, dans leurs différences, porteurs de cet élan de vie; c'est comme se rappeler qu'en chacun de nous, il y a un coeur qui ne cesse de battre. Si cet élan de vie n'est pas toujours manifeste, tant il a pu être malmené, il n'en reste pas moins présent potentiellement, prêt à se réactiver si on lui donne la possibilité de s'exprimer. L'évoquer c'est aussi considérer que chaque être dans toute sa complexité est une personne unique mais aussi "une" dans sa totalité. On ne saurait, comme les disciplines à enseigner, diviser l'être en diverses parts : être enseignant c'est entrer en contact avec des "apprenants" et ceux-ci sont des êtres qui dans la salle de classe comme dans la vie quotidienne, pensent, ressentent et éprouvent en des mouvements où se mêlent l'intellectuel, l'affectif, toutes les données issues de l'expérience.

C'est pourquoi, une des questions qui nous paraît centrale dans le domaine éducatif est la suivante :

"Comment respecter cet élan vital qui pousse tout être à se développer, à apprendre, à entrer en relation avec les autres et avec le monde qui l'entoure".

---

(1) Nous définirons le sens donné par C. Rogers à ce terme, dans le chapitre 3 que nous consacrons à la non-directivité et à la Pédagogie.