

Chapitre 2

LA NON-DIRECTIVITE : UNE ATTITUDE

Chapitre II

LA NON-DIRECTIVITE : UNE ATTITUDE

OU LES CONDITIONS DE FACILITATIONS DU DEVELOPPEMENT DE LA PERSONNE

Ce n'est pas que cette approche donne du pouvoir à la personne, c'est qu'elle ne lui enlève jamais (C. Rogers)

I - INTRODUCTION

Ni une méthode, ni une technique, la non-directivité est une attitude : c' est une disposition profonde vis à vis des autres. On le sait, C. Rogers ou du moins ses collaborateurs usèrent du terme de "non-directivité", dans les années 1940, pour caractériser une pratique psychothérapeutique où ils s'abstenaient de diriger le client, attitude nouvelle qui venait en opposition à celles des psychanalystes en particulier qui guidaient leurs clients par des conseils, par des questions ou par des interprétations se référant au champ théorique Freudien. On sait aussi, que jugeant l'appellation trop négative et trop néfaste, C. Rogers lui préféra l'appellation "attitude centrée sur la personne". Dans le langage courant cependant et sans nécessairement de référence à l'oeuvre de C. Rogers c'est, du moins en France, l'appellation historique de non-directivité qui continue souvent à être employée soulevant bien des positions partisanes.

Nous l'avons vu dans le chapitre précédent selon C. Rogers, tout homme est capable de se diriger lui-même, d'actualiser ses potentialités, mais ce processus qui est celui de la vie pleine, peut s'enrayer se détériorer lorsque l'individu substitue aux valeurs directement issues de son expérience, des valeurs empruntées à d'autres personnes. Si la tendance à l'actualisation est basique dans le développement de l'individu, son exercice ou sa restauration, son plein emploi par la personne sont déterminés par la nature des relations que celle-ci tisse avec les personnes de son entourage qui ont de l'importance pour elle, ses autrui significatifs. Dans la relation qui s'établit entre deux personnes, si la première veut faciliter le développement de la seconde, il faut et il suffit que son attitude soit "non-directive" ; c'est là résumé en peu de mots la découverte centrale de C. Rogers dans le domaine des relations humaines. Ce domaine contient la relation entre psychothérapeute et client mais son champ est bien plus vaste : il recouvre tout ce que C. Rogers désigne par relation d'aide et qu'il définit de la manière suivante (1) :

"J'entends par relation d'aide, toute relation dans laquelle l'un au moins des deux protagonistes cherche à favoriser chez l'autre, la croissance, le développement, la maturité, un meilleur fonctionnement et une plus grande capacité d'affronter la vie. L'autre peut être, dans ce cas, soit un individu soit un groupe".

Peuvent être alors relations d'aides, les relations entre : parents et enfants, maître et élèves, psychothérapeute et client, médecin et malade, conseiller et client, responsable d'entreprise et son personnel, animateur et groupe.....

Nous préférons, quant à nous, au terme "relation d'aide", celui de relation de facilitation : le terme "aide" en Français risque par trop d'être

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

interprété comme "faire à la place de... ou en partie à la place de" alors que dans le sens que lui donne C. Rogers nous ne trouvons rien de tel.

Il nous faut maintenant définir de façon positive l'attitude non-directive en voir les caractéristiques et essayer de montrer en quoi celles-ci sont "nécessaires et suffisantes" pour permettre la croissance des individus.

II - LES CARACTERISTIQUES DE L'ATTITUDE NON-DIRECTIVE

Elles sont essentiellement au nombre de trois : la congruence ou authenticité, le regard positif inconditionnel, et l'empathie : c'est leur présence simultanée qui constitue l'attitude non-directive.

A - La congruence ou authenticité

a) Approche du concept

C'est la plus basique des trois conditions caractérisant l'attitude non-directive : sans elle, il est inutile de chercher à réaliser les deux autres conditions, ce serait joué un rôle, ne pas être réellement soi-même et cela serait infailliblement perçu par l'autre (non nécessairement en conscience) et entraverait son développement.

Dans le chapitre qu'il consacre à "Qui je suis", dans son ouvrage "Le Développement de la personne" C. Rogers nous dit :

"Dans mes relations avec autrui, j'ai appris qu'il ne sert à rien à long terme, d'agir avec calme et gentillesse, alors qu'en fait je suis agacé et enclin à la critique, il ne sert à rien de prétendre connaître des réponses qu'en réalité je ne connais pas. Il ne sert à rien d'agir comme si j'éprouvais de l'affection alors qu'en réalité je me sens hostile".

Un peu plus loin, sur un versant plus positif, il nous dit :

"Mon intervention est plus efficace quand j'arrive à m'écouter et à m'accepter et que je puis être moi-même ; J'ai l'impression que, avec les années, j'ai appris à devenir plus capable de m'écouter moi-même de sorte que je sais mieux qu'autrefois ce que je ressens à un moment précis. J'ai appris à reconnaître que j'éprouve bien envers un certain individu un

sentiment de colère ou de rejet ou au contraire que je me sens vis-à-vis de lui, plein de chaleur et d'affection, ou bien encore que je m'ennuie et que ce qui se passe a cessé de m'intéresser ou que je désire comprendre un individu ou enfin que j'éprouve un sentiment d'anxiété ou de crainte dans mes rapports avec lui. Ces différentes attitudes sont des émotions que je crois pouvoir écouter en moi. On pourrait dire, en quelque sorte, que j'ai appris à bien vouloir être ce que je suis".

Nous avons repris ces deux passages de C. Rogers un peu longuement mais c'est qu'ils nous paraissent par leur ton, leur contenu témoigner précisément de ce qu'est la congruence, à la fois comme état et comme tendance.

Comme on peut le voir, cela peut paraître paradoxal, la première des qualités décrivant l'attitude non-directive, avant même que nous ayons parlé d'ouverture à l'autre, consiste à être capable de s'écouter soi-même. Il s'agit dans la relation, d'être ouvert à son expérience, aux ressentis, aux affects, aux pensées, que ceux-ci soient positifs ou négatifs, issus de la situation. Etre authentique, c'est être non-directif avec soi-même, ne pas se contraindre, ne pas faire semblant d'éprouver des sentiments qui nous sont étrangers, mais bien laisser remonter en conscience notre propre vécu expérimentiel.

La congruence joue un rôle dans la dynamique des deux partenaires de la relation :

- si la personne "facilitante" n'est pas congruente, l'autre personne le percevra rapidement et la confiance nécessaire au bon fonctionnement de la relation ne s'établira pas ou disparaîtra : cette perception de l'incongruence n'est pas nécessairement consciente, mais de multiples indices extrêmement fins peuvent être perçus au niveau de la "subception" (perception inconsciente) et trahir l'attitude réelle de celui qui se veut facilitateur, trahir ce qu'il cache profondément en lui. Ce n'est pas ce qu'il cherche à être, le rôle qu'il joue qui va intervenir dans la relation, mais ce qu'il est réellement.

- La congruence joue aussi un rôle dans la dynamique propre du facilitateur : c'est en laissant remonter en conscience son expérience propre que son fonctionnement sera optimal et qu'en conséquence il s'incrimera lui-même dans une dynamique positive de la relation : en particulier

s'il éprouve des sentiments négatifs persistants, c'est en laissant remonter ceux-ci, en les acceptant et en les communiquant qu'il pourra évoluer vers des sentiments positifs nécessaires à l'établissement d'une relation chaleureuse.

On peut certes décrire la congruence comme un état de transparence avec soi-même mais il serait plus juste de parler de processus, d'une recherche d'ajustement qui doit être entreprise organiquement à tout moment par le facilitateur, et qui s'inscrit dans son propre cheminement d'être vivant, dans sa dynamique de maturation. Comme le signale A. de Peretti ⁽¹⁾ C. Rogers ne suppose pas que la congruence d'un individu puisse être parfaite, ni constante ; "le thérapeute qui essaie d'utiliser cette approche apprend vite que le développement de la manière de voir les gens que sous-entend cette thérapie est un processus continu, étroitement relié au propre combat du thérapeute pour sa croissance personnelle et son intégration".

Comme on le devine aisément, la congruence ne saurait se commander, ce serait parfaitement antinomique, par la relation d'aide, mais elle engage toute la personne du facilitateur, sa dynamique interne de fonctionnement.

b) Quelques repères

On pourrait être tenté de dire, naïvement, que l'authenticité est ce qu'il y a de plus simple puisqu'il suffit d'être ce qu'on est. Il n'y a sûrement rien de moins vrai car comme le dit C. Rogers *"M'accepter tel que je suis, et permettre à l'autre personne de s'en rendre compte est la tâche la plus difficile que je connaisse"*. C'est communiquer en profondeur avec soi-même, avec son expérience organismique. Malheureusement, l'éducation à ce jour, que ce soit celle donnée par les parents ou la majorité des éducateurs ne favorise pas souvent cette communication.

(1) DE PERETTI : Pensée et Vérité de C. Rogers. Toulouse - PRIVAT -
1974 - p 187

On pourrait être tenté de dire, moins naïvement, que la congruence évacue toute question sur sa façon d'être, tout indice de "bonne attitude". Nous pensons qu'il y a au contraire toute une série de questions fines qui méritent d'être formulées, des indices que l'on peut rechercher. La réponse à ces questions, ces indices peuvent éclairer le champ de l'action, donner des indications sur ce que l'on peut faire à certains moments, sans pour autant intervenir comme des éléments techniques plaqués sur la situation de façon intellectuelle. Ils peuvent être intégrés profondément dans la façon d'être. André de Peretti ⁽¹⁾ utilise le terme de "critères clignotants" qu'il définit non comme des principes absolus, des modèles raides mais plutôt comme des critères souples, des points de repères destinés à faciliter *"les efforts d'optimisation, pour effectuer des choix préalables ou des ajustements immédiats : l'enseignant doit nécessairement tirer la masse d'idées ou de sentiments qui lui sont propres pour en faire part selon une densité d'expression appropriée"*.

C'est ainsi par exemple que dans la relation à l'autre ou aux autres toute une série de questions peuvent se poser à propos de la transparence du facilitateur : il s'agit d'être ce que l'on est et de communiquer à l'autre que l'on est sans masque, que l'on a rien à cacher. Voici quelques questions relatives à ce sujet :

- Dois-je exprimer à tout moment ce que je ressens ? On risque, si on le fait, d'encombrer le terrain de la relation et d'y prendre ^{une} place trop importante, au détriment de l'expression des autres personnes.

- Dois-je exprimer tout ce que je ressens ? On rejoint bien sûr la question précédente, mais de plus on peut à certains moments éprouver des sentiments clairement et choisir de les taire. Ce peut être le cas dans un groupe, à un moment où l'expression de nos propres sentiments relatifs

(1) A. de Peretti : Les contradictions de la Culture et de la Pédagogie.
Paris, EPI 1969, p 196

à la situation serait inopportune au sens où elle briserait quelque chose de la dynamique des communications dans le groupe. Par contre, il est sûrement vrai que si un sentiment de gêne, de malaise persiste en nous, il vaut sans doute mieux l'exprimer sous peine de risquer de se laisser envahir par celui-ci et de ne plus être présent au groupe, et aussi dans certains cas, sous peine de taire un élément d'information qui pourrait contribuer positivement à la dynamique du groupe. Si on ne comprend pas à un moment donné la signification de ce qui est dit ou de ce qui se passe, peut-être vaut-il mieux intervenir rapidement pour demander des clarifications sous peine de perdre le contact avec les autres. Une des interventions les plus utiles est sûrement d'exprimer à une autre personne ou à un groupe les sentiments persistants qu'on éprouve à son égard.

- Dois-je laisser monter en moi l'émotion ? Certaines choses dites, ou certains moments de la vie d'un groupe peuvent atteindre en nous des couches très sensibles et susciter par ce fait des émotions. S'il est certes bon d'être lucide vis-à-vis de ces émotions, d'être libre de les éprouver, il nous semble cependant, sous peine de perdre le contact, qu'il vaut mieux éviter de se laisser envahir par cette émotion. Nous ne prenons certes pas position pour la "non-implication" mais il nous semble qu'il s'agit de "contrôler ces émotions" afin d'éviter d'être trop encombré de soi et afin de pouvoir continuer à se laisser imprégner de ce qui se passe autour de soi.

- Dois-je exprimer un désaccord avec ce que dit quelqu'un ou avec ce qu'il fait ? La question est vaste et peut mettre en jeu bien des situations : Le désaccord peut porter sur le comportement, un acte d'un individu, sur une valeur exprimée par quelqu'un ; ce peut être une production relative à un contenu comme les mathématiques qui en est l'objet. La question ne saurait recevoir de réponses simples mais une distinction nous paraît fondamentale, c'est celle qui existe entre influencer et imposer. On peut chercher à imposer son point de vue à l'autre, cela signifie qu'il faut que l'autre adopte celui-ci, on cherche à intervenir au niveau des structures mentales du sujet en lui imposant notre structure. Dans l'action d'influencer la situation est dif-

férente en ce sens qu'on livre en information notre propre système, notre façon de voir mais on respecte la liberté de l'autre et son activité de structuration. Cette distinction peut se retrouver dans les faits dans la manière dont est exprimé le désaccord, dans la formulation de celui-ci. Si le désaccord, portant par exemple sur le système de valeurs d'autrui, s'exprime sous une forme péremptoire, de jugement de valeur il risque fort de ne pas s'inscrire dans une relation de facilitation mais bien au contraire d'inhiber une partie de l'expérience de celui auquel il s'adresse. On peut citer en exemple de formulation qui respecte la liberté d'autrui, tout en lui livrant des parties de soi, des formulations qui commencent par : "J'ai l'impression, j'ai le sentiment, il me semble que..." encore que la "lettre grammaticale" ne soit pas un garant du respect réel que l'on accorde à autrui.

Ces questions montrent que le facilitateur qui vit la relation de manière authentique n'est ni bavard, préoccupé d'exprimer avant tout ses ressentis, ni un "sphinx" replié dans son silence. Un critère pour l'expression, est celui de stabilisation, employé par A. de Peretti : (1)
"Pour moi, le critère le plus sûr auquel je me réfère dans un travail de groupe, pour m'exprimer, est un critère de stabilisation : je puis avoir désir de dire certaines choses et de m'y sentir attaché ; je puis ressentir de l'irritation face à telle ou telle autre personne ; je puis être capté par telle autre, au point de faire collusion avec ses points de vue, même si je ne les partage pas vraiment ; je puis être attiré par une idée qui prend force en moi ; je peux ressentir le désir de briller par un bon mot ; je peux aussi être distrait ou avoir envie de m'imposer, voir d'asticoter : mais je ne me mets à expliciter ces impressions ou ces tendances dans une expression franche que si je me suis assuré qu'elles sont relativement persistantes et qu'elles donnent en moi une résultante où je me ressens en exactitude. Je définis, par conséquent, un moment d'intervention comme celui où je ressens le mieux la portée de mes oscillations intérieures stabilisées !"

(1) A. de PERETTI. Les contradictions de la culture et de la pédagogie.

Si ces questions sont directement issues de la relation à l'autre ou au groupe au moment où celle-ci s'effectue, l'authenticité nous appelle également un autre terme s'appliquant, nous semble-t-il, particulièrement au cas de l'enseignant : c'est celui de "cohérence". Chercher à être congruent avec soi-même, c'est aussi pour l'éducateur rechercher une cohérence entre le dire, les intentions éducatives et le faire. Ce dernier ne se limite pas aux interactions avec les autres individus mais inclut également l'organisation de la classe et le temps de préparation nécessaire à celle-ci. C'est aller dans le sens d'une recherche de ce qu'on a réellement envie de faire avec les êtres qui sont avec nous, en situation d'apprentissage, c'est tenter de clarifier ses propres valeurs éducatives et d'être conforme dans son comportement à ses valeurs. Ce peut être difficile car l'institution scolaire sécrète ses propres valeurs souvent implicites et contradictoires et s'engager dans une recherche de cohérence interne, c'est s'éloigner, peut-être, de ce qui est pratiqué habituellement; c'est aussi prendre des risques car c'est parfois s'engager dans des chemins inconnus et l'on peut se tromper. Mais nous reprendrons volontiers les termes qu'utilise Pagès à propos de l'attitude non-directive, ceux de "plaisir d'être soi et courage d'être soi" (1). Aller vers l'authenticité, vers la cohérence, cela exige du courage car c'est abandonner des structures de fonctionnement insatisfaisantes mais sécurisantes pour aller vers des structures qui impliquent un fonctionnement "dissonnant" par rapport à celui de notre entourage. C'est aussi une source de plaisir, plaisir de rencontrer les autres, de les voir s'engager dans des processus de croissance; plaisir physique presque qu'il y a à se sentir fonctionner de façon cohérente et à sentir que cette cohérence est efficace pour la croissance des autres.

(1) Max Pagès : L'orientation non-directive. Paris. DUNOD 1970 - p 65

"C'est pour moi un enrichissement que d'ouvrir des voies de communication qui permettent aux autres de me faire part de leurs sentiments et de leurs univers tels qu'ils les perçoivent" (1)
déclare C. Rogers.

Si la première des caractéristiques de l'attitude non-directive postule l'ouverture à soi, les deux autres, le regard positif inconditionnel et l'empathie, postulent une ouverture profonde aux autres.

B) Le Regard positif inconditionnel

a) Définition

Porter sur autrui un regard positif inconditionnel, c'est l'accepter pleinement tel qu'il est avec toutes ses différences et faire fond sur ses capacités de développement et ceci sans conditions de valeurs.

Les êtres sont différents les uns des autres ; leurs systèmes de valeurs, intellectuelles, morales, leurs comportements quotidiens, leurs émotions, leurs sentiments, leurs intérêts, leurs motivations, leurs dynamiques sont tous des termes qui renvoient à la différence. Le problème n'est pas tant ici de constater ces différences que de les accepter sans déformation, de les considérer comme dignes d'estime et porteuses de valeurs, et sans porter à leur égard de jugements de valeur. Toute notre éducation nous a environné de tels jugements, portant sur ce qu'il convenait de faire ou non, sur ce qu'il convenait de penser, et cette ligne évaluatrice risque fort d'être en nous. Accepter l'autre, c'est déjà se séparer de cette tendance au jugement. Juger, c'est introduire dans le champ de notre perception des éléments de notre cadre de référence qui donnent une couleur aux faits qu'ils n'ont pas dans leur réalité et qui conduisent à ne pas accepter autrui tel qu'il est. C'est une tendance culturelle très forte qui nous pousse aux antipodes de

(1) C. Rogers : Le développement de la personne. Paris - DUNOD 1972 - p 18

L'acceptation inconditionnelle dans une attitude qui d'après C. Rogers se résume par :

"tout le monde devrait avoir les mêmes sentiments, les mêmes pensées et les mêmes croyances que moi" (1)

Accepter l'autre, c'est tout d'abord tenter de le percevoir tel qu'il est, dans sa réalité vivante et non tel que nous souhaiterions qu'il soit ou non tel que nous pourrions imaginer qu'il est en empruntant à notre propre expérience des éléments pour expliquer son comportement ; ce n'est pas non plus l'expliquer par des extrapolations hasardeuses de type analytique .

b) La distanciation par rapport à son cadre de référence

Nous touchons là, à un des premiers paradoxes de l'attitude non-directive : accepter l'autre, comme autre que soi, implique la nécessité de "se distancier" de son propre cadre de référence :

"Il importe que le facilitateur se distancie suffisamment de lui-même pour prendre soin de l'autre, sans projeter d'ombre portée sur son expression" nous dit A. de Peretti. (2)

Il s'agit là d'un paradoxe car cette position impliquant la distanciation à soi, semble nier la première caractéristique de l'attitude non-directive, la congruence qui postule l'ouverture à soi. Comme dans tout paradoxe, la contradiction n'est qu'apparente et non réelle : il s'agit en fait, de faire coexister, et nous verrons que cette coexistence se lie en un tout avec l'empathie, l'ouverture à soi et l'ouverture à l'autre dans une activité où l'on essaie de ne point confondre l'autre avec soi. Dans la relation avec l'autre, la centration se fait sur l'autre par le regard, l'écoute attentive (c'est ceci qui justifie d'ailleurs la terminologie adoptée par C. Rogers, d'attitude centrée sur l'autre) ; mais dans cette centration qu'implique la distanciation, le facilitateur

(1) Carl Rogers : Le développement de la personne. Paris, DUNOD 1972, p 19

(2) A. de Peretti : Pensée et Vérité de Carl Rogers. Toulouse - PRIVAT

est évidemment présent et en tant que personne va dans l'instant où il se centre sur autrui, vivre cette relation, intellectuellement, affectivement - sans ouverture à soi, il n'est pas possible de s'ouvrir à l'autre, il n'y a pas de libre circulation de l'énergie qui permet l'échange.

c) Une confiance fondamentale :

L'acceptation Rogérienne ne va pas seulement dans le sens d'une objectivation du regard porté sur l'autre, elle est aussi pleine d'une ligne affective positive.

"C'est, nous dit C. Rogers (1), une confiance de base : la foi dans cette autre personne comme en quelqu'un qui d'une manière ou d'une autre est fondamentalement digne de confiance".

Cette confiance s'exerce à deux niveaux :

- elle implique l'adhésion au postulat Rogerien qui énonce l'existence de la tendance actualisante et qui peut s'explicitier comme un pari sur les capacités et les désirs de développement de chaque individu. Tout être est mû par une dynamique positive. C'est ici lui faire confiance quant à son devenir.

- le second niveau, lié étroitement au premier, consiste à considérer autrui comme plein de valeurs, dans l'ici et le maintenant. Citons C. Rogers (2)

"J'écoute de manière aussi attentive, exacte et sensible que possible, chaque individu qui s'exprime. Que les propos soient superficiels ou importants, j'écoute. A mes yeux, l'individu qui parle a de la valeur et vaut la peine qu'on le comprenne ; dès lors il a de la valeur pour avoir exprimé quelque chose. Des collaborateurs disent que, dans ce sens je "valide" la personne".

(1) Carl Rogers : Liberté pour apprendre. Paris, DUNOD - 1972 - p 107

(2) Carl Rogers : Les groupes de rencontre. Paris, DUNOD - 1973 - p 47

Le regard porté sur l'autre lui confère de la valeur dans ce qu'il est dans le moment présent, de fait mais aussi dans son mouvement, dans sa dynamique. Cette validation, si elle est réelle, s'accompagne en retour d'un enrichissement du facilitateur car comme le dit C. Rogers (1)

"Il est toujours extrêmement enrichissant pour moi de pouvoir accepter une autre personne".

Le fait d'entrer dans une relation à l'autre qui nous conduit à l'accepter, à lui conférer des valeurs, élargit notre champ d'expérience sensible, notre connaissance de l'autre, et tous les êtres étant différents, cette expérience est à chaque fois renouvelée. Ce qui nous vient de l'autre, accueilli avec une disponibilité valorisante nous enrichit.

On voit ici que, s'il est nécessaire de se distancier de soi-même pour accepter l'autre, ce mouvement ne s'accompagne ni de froideur, ni de neutralité mais au contraire d'un courant chaleureux. Ceci, dans la pratique, peut nous renvoyer à cette question posée par C. Rogers (2)

"Suis-je capable d'éprouver des attitudes positives envers l'autre : chaleur, attention, affection ?"

Il nous semble, en particulier, que dans le monde professionnel que nous connaissons, il ne soit pas d'usage courant de se laisser aller à éprouver des sentiments positifs réels à l'égard d'une autre personne, en sorte que les personnes se maintiennent à distance les unes des autres, que les relations s'établissent souvent sur des modes impersonnels qui gommement les différences : ceci nous semble être vrai aussi bien en ce qui concerne la relation maître-élève qu'en ce qui concerne la relation des maîtres entre eux.

Il ne faudrait, certes pas, confondre la distance qui sépare deux êtres, de la distanciation par rapport à soi : la première affecte les deux parties impliquées par la relation, elle s'établit entre

(1) C. Rogers : Le développement de la personne. Paris, DUNOD - 1972 - p 19

(2) Idem. p 40

les deux partenaires alors que dans la seconde c'est le facilitateur qui doit se mettre à distance de lui-même dans un mouvement qui le rapproche de l'autre.

d) Valider la personne :

C'est accepter l'autre dans son mouvement, lui conférer des valeurs dans l'ici et le maintenant, croire profondément dans ses capacités et ses désirs d'enrichissement. C'est là, chose difficile, car comme le dit A. de Peretti⁽¹⁾:

"Il ne s'agit pas d'imaginer cette acceptation comme établissant une protection, ou offrant une commisération ou même de l'agrément facile. Rogers le marque énergiquement : le thérapeute n'est ni paternaliste, ni sentimental, ni superficiellement social et agréable".

C'est ainsi, par exemple, que valider une personne n'est point synonyme de porter sur elle un jugement de valeur positif car comme le dit C. Rogers⁽²⁾ :

"C'est assez curieux, mais un jugement de valeur positif est aussi menaçant en fin de compte qu'un jugement péjoratif puisque dire à quelqu'un qu'il agit bien suppose que vous avez le droit aussi de lui dire qu'il agit mal".

Valider une personne, c'est le faire en la considérant dans sa totalité comme "une", à la fois en fait et en puissance. Une difficulté majeure nous semble tenir au fait que l'expression de la personne, verbale, comportementale, prise dans un instant, n'est parfois que l'image "d'oscillations" de celle-ci, qui risque si l'on n'y prend garde de masquer l'essentiel du message de la personne, et qui porte sur ce que celle-ci est en puissance. Il s'agit certes d'accepter ces oscillations comme faisant partie de la personne, mais à trop les privilégier on risque de ne plus voir ce que celle-ci voulait réellement signifier par son message. Le signifiant peut être, pris dans la lettre, un message

(1) A. de PERETTI : Pensée et Vérité de C. Rogers. Toulouse - PRIVAT
1974 - p 192.

(2) C. Rogers : Le Développement de la Personne. Paris - DUNOD - 1972 -
p 43

d'incapacité présentant une facette de la personne, le signifié peut être presque au contraire, un message de désir de capacités ou une impression de capacités potentielles qui ne demandent qu'à pouvoir s'exprimer. C'est ainsi, par exemple, qu'une personne peut avoir envie de réaliser un projet et à la première difficulté ressentie, s'en déclarer incapable. Valider la personne, dans de telles circonstances, n'est certes pas l'équivalent d'un renforcement de cette oscillation apparente qui la conduirait à abandonner et renforcerait son sentiment d'incapacité, mais bien au contraire de continuer à la percevoir comme "personne capable" de mener à bien son projet et en conséquence, comme capable de dépasser cette première difficulté ressentie. Il se peut alors qu'une façon de valider la personne efficacement puisse être de lui dire : *"J'ai l'impression que vous vous apitoyez sur votre sort, mais qu'au fond vous êtes capable d'avancer dans votre projet"*.⁽¹⁾

(1) Nous pensons ici à ce passage de "Racines", le roman d'Alex Haley où le héros Kounta , alors âgé de huit ans, décide d'accompagner son père, Omoro, dans un long voyage ; sans jamais se laisser aller à s'apitoyer Omoro marche comme s'il était seul, mais aussi sans jamais cesser de croire que son fils est capable d'effectuer ce voyage, sans aide de sa part. Pourtant la souffrance de Kounta est réelle : "ses pieds pleins d'ampoules, ses jambes, son dos, son cou, il n'avait pas un endroit du corps qui ne fut douloureux en ce troisième jour de marche". On devine cependant le père très sensible, très attentif à la marche de son fils tel ce passage où, Kounta blessé au pied par une épine, il ralentit imperceptiblement son allure. Bien sûr, Kounta vécu douloureusement ce voyage, à certains moments il eût peur de devoir abandonner, mais c'est avec une grande fierté qu'il l'acheva et il eût une impression "d'importance, de maturité".

L'attitude du père nous semble, bien qu'apparemment dure, avoir été tout au long de cet épisode, essentiellement validante ; jamais il n'a cessé de porter un regard positif sur son fils.

e) Clarification du terme "inconditionnel"

Ce terme marque une autre difficulté de l'acceptation : c'est très naturellement que la plupart d'entre nous sommes prêts à accepter certaines facettes des autres personnes et tout aussi naturellement que nous sommes prêts à en refuser d'autres. Or il faut tendre à ne rien refuser, et ce n'est pas facile :

"Suis-je capable d'accepter toutes les facettes que me présente cette personne ? Puis-je la prendre comme elle est ?" s'interroge Rogers. (1)

D'autres questions de C. Rogers (2) nous conduisent à la troisième caractéristique de l'attitude non-directive, l'empathie :

"Est-ce que je puis entendre les sons et saisir la forme du monde intérieur de la personne ? Puis-je entrer en résonance avec ce qu'elle dit, puis-je en laisser chanter l'écho en moi, assez profondément pour retrouver aussi bien le sens qui l'effraie et que pourtant elle voudrait communiquer, que le sens qu'elle connaît ?"

c) L'empathie

a) Définition

C. Rogers définit ainsi l'empathie : (3)

"L'état d'empathie ou le fait d'être empathique consiste à percevoir le cadre de référence interne d'une autre personne avec exactitude et avec les composantes émotionnelles et les significations qui s'y rattachent, comme si l'on était l'autre personne, mais sans jamais perdre la condition "comme si...."

(1) C. Rogers : Le développement de la Personne. Paris - DUNOD - 1972 - p 42

(2) C. Rogers : Liberté pour apprendre. Paris - DUNOD - 1972 - p 219

(3) M. Pagès : L'orientation non directive. Paris - DUNOD - 1970 - p 28

L'empathie n'est au fond que la résultante conjuguée des deux caractéristiques précédentes, la congruence et l'acceptation inconditionnelle car elle se présente comme mettant en jeu de façon nécessaire et suffisante l'ouverture à soi et l'ouverture à l'autre. Les termes "résonance" et "écho" nous paraissent à ce propos significatifs : l'autre par son message, produit des vibrations qui ne seront perçues par le facilitateur que s'il y a ouverture à l'autre et qui n'entreront en résonance, ou feront écho en lui que s'il y a ouverture à lui-même.

b) Comme si

Le "comme si" est capital nous dit André de Peretti⁽¹⁾ :
"Il assure la spécificité de la personne du thérapeute...il ne prend pas la place du client, il ne le guide pas, il ne se laisse aller à aucune identification ou fusion à l'autre. Cela signifie qu'il maîtrise son propre cadre de référence (qu'il le met entre parenthèses) pour se situer aussi exactement que possible dans le référentiel de l'autre, mais sans s'y perdre".

La condition "comme si", reste centrale si l'on veut continûment rester dans un contact compréhensif le plus proche possible de l'autre. Perdre cette condition, ce serait partant du cadre de référence de l'autre, se replonger dans le sien en y introduisant des éléments donnés par l'autre : ce serait partant d'une vibration en résonance se laisser aller à ses propres vibrations, ce qui constituerait un mouvement allant de l'empathie à sa négation. Etre empathique, c'est donc tenter de comprendre l'autre, ce qu'il est en profondeur, avec tout son être, organiquement et pas seulement de façon intellectuelle, tout en restant soi. Comme le dit A. de Peretti⁽²⁾

"la pointe du paradoxe est ici la plus acérée : être presque l'autre sans être l'autre et sans cesser d'être soi-même : la distanciation est niée, elle est presque annulée, et pourtant, si minime soit-elle, la distance,

(1) André de Peretti : Pensée et Vérité de C. Rogers. Toulouse - PRIVAT - 1974, p 194

(2) Idem p 195

la différence (suprêmement qualitative) demeurent irréductibles, fondamentales".

c) Plaisir et courage d'être soi :

L'empathie implique à la fois courage et plaisir d'être soi : plaisir car il y a dans le vécu qui tend à nous faire pénétrer dans le cadre de référence de l'autre, enrichissement mais aussi courage car accepter de percevoir le monde comme le voit l'autre, c'est prendre le risque de changer son propre système de valeurs. Comme le dit C. Rogers (1)
"En comprenant une autre personne de cette manière, en pénétrant dans ce monde privé et en percevant sa manière de voir la vie, tout en se défendant d'émettre des jugements de valeur à son égard, on court le risque d'être transformé soi-même".

d) Empathie et expression :

On sait que l'empathie se manifeste dans le discours du facilitateur par des éléments qui peuvent en apparence seulement, se laisser "techniciser" comme la reformulation écho, la synthèse de ce qui est dit par le client ou le groupe. L'aspect technique n'est pas suffisant : l'empathie est attitudinelle et ne saurait se réduire à une technique. C'est là une vérité qui est apparue très tôt dans l'entourage de C. Rogers lorsque certains thérapeutes voulurent mettre en oeuvre la "non-direction" qui apparaissait alors comme caractéristique centrale du "discours thérapeutique" de C. Rogers. Bien qu'agissant d'une manière pratiquement identique au niveau des échanges verbaux avec le client, ils échouèrent, indisposant les clients, les faisant fuir ; les analyses de leurs interviews discutées avec eux en groupe, firent apparaître qu'ils appliquaient "la non-direction" comme une technique, mais sans réel engagement personnel, en jouant un rôle.

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

Comme le fait remarquer Pagès⁽¹⁾

"Il n'est même pas nécessaire que le thérapeute désire communiquer au client ce qu'il comprend... la communication du thérapeute au client est une sorte de conséquence naturelle de l'attitude du thérapeute".

La reformulation, la synthèse sont effectivement souvent utilisées lorsque le facilitateur tente de pénétrer le monde intérieur de l'autre, mais c'est "naturellement" qu'il le fait en ce sens que c'est par elles que le thérapeute, le facilitateur peut percevoir si la compréhension qu'il a de l'autre est ajusté ou non et par là-même se maintenir en résonance avec l'autre ou rechercher un ajustement.

"Le thérapeute cherche à comprendre, du point de vue même du client, les sentiments que celui-ci essaye d'exprimer et lui communique de temps à autre ce qu'il a compris afin d'en vérifier l'exactitude et de faciliter des corrections, compléments, modifications" dit Max Pagès⁽²⁾.

Les termes employés par le facilitateur même s'ils sont empruntés à celui qui parle peuvent par la forme grammaticale adoptée ne pas "réfléchir" véritablement ce qu'a dit le client, trahir le point de vue propre du facilitateur et ainsi ne pas s'inscrire dans un mouvement empathique. Max Pagès propose de distinguer deux types de formulation :

- des formulations structurantes qui visent à introduire une structure dans le système de valeurs de la personne et qui sont directives car le facilitateur se substitue au client en énonçant des valeurs, des manières de percevoir, des buts : sa formulation est telle que le client percevra qu'il doit partager ce point de vue.

- des formulations informantes qui visent à informer le sujet sur son activité mentale.

C'est là, en addition au travail de Porter que nous présenterons ultérieurement, un critère permettant de repérer un fonctionnement empathique.

(1) Max Pagès : Orientation non Directive - Paris - DUNOD - 1970 - p 29

(2) Idem, p. 29

Les trois caractéristiques de l'attitude non-directive que nous venons d'évoquer ne sont pas disjointes et même si elles sont l'objet de paradoxes, elles forment un tout qui trouve son unité dans la façon existentielle, organismique dont est vécue cette attitude.

III - ATTITUDE NON-DIRECTIVE ET CROISSANCE DES INDIVIDUS

a) Deux citations de C. Rogers.

"Lorsque j'entends vraiment quelqu'un et les significations qui sont importantes pour lui à ce moment, lorsque je n'entends pas seulement ses mots, mais lui-même et que je lui fais comprendre que j'ai entendu ce que signifie pour lui son message, alors beaucoup de choses se passent. Il y a d'abord un regard plein de reconnaissance. L'autre se sent libéré. Il désire m'en raconter davantage sur son monde. Il plonge dans une sensation nouvelle de liberté. Je crois qu'il devient plus disponible au processus de changement," dit Rogers (1).

Il dit aussi, se plaçant sur le versant du client (2) :

"J'aime être entendu. Un certain nombre de fois dans ma vie, j'ai eu l'impression d'être écrasé par des problèmes insolubles, ou bien de tourner en rond dans des cercles infernaux. Pendant une certaine période, accablé par des sentiments d'indignité et de désespoir, j'ai été même certain de sombrer dans la psychose. Je considère que j'ai été plus heureux que d'autres en rencontrant à ces moments là des personnes qui ont été capables de m'entendre et de me délivrer du chaos de mes sentiments. J'ai eu de la chance de trouver des personnes qui ont pu entendre plus profondément que moi-même le sens de ce que je disais. Ceux-là m'ont écouté sans me juger, sans porter de diagnostic sur moi, sans m'apprécier ni m'évaluer.

(1) Carl Rogers : Liberté pour apprendre. Paris - DUNOD - 1972 - p 220

(2) Idem : p 222

Ils m'ont simplement écouté, ils ont clarifié ce que je disais et ils m'ont répondu à tous les niveaux où j'essayais de communiquer. Je puis vous assurer que lorsque vous vous trouvez dans un tel désarroi psychique et que quelqu'un vous écoute réellement, sans porter de jugement sur vous, sans essayer de prendre sur lui, vos responsabilités, sans essayer de vous façonner, cela fait rudement du bien. Chaque fois, cela a relâché la tension qui existe en moi. Cela m'a permis d'exprimer les sentiments effrayants que j'éprouvais, les sentiments de culpabilité, de désespoir, les confusions qui avaient été mon lot. Quand j'ai été écouté et entendu, je deviens capable de percevoir d'un oeil nouveau mon monde intérieur et d'aller de l'avant. Il est stupéfiant de voir que des problèmes qui paraissaient impossibles à résoudre deviennent solubles lorsque quelqu'un vous entend et que des situations qui semblent irrémédiablement confuses soudain s'éclaircissent lorsqu'on vous comprend".

La dynamique chez le client, créé par l'écoute, la compréhension réelle du facilitateur est difficile à pénétrer pour celui qui ne l'a pas vécu, qui ne l'a pas éprouvé personnellement.

Ces deux citations de C. Rogers l'éclairent sur les deux versants de la relation, celui du facilitateur et celui du client, et montrent comment ses convictions s'enracinent profondément dans son expérience subjective. Mais C. Rogers est aussi homme de recherche ; il déclare⁽¹⁾ :

"Je voudrais aussi faire mention de l'importance sans cesse croissante que j'attache à la recherche. La thérapie est d'une certaine manière, l'expérience qui me permet de me laisser aller subjectivement. Au moyen de la recherche, je puis prendre du recul et examiner objectivement toute cette riche expérience subjective en me servant d'élégantes méthodes

(1) C. Rogers : Le Développement de la personne - Paris - DUNOD - 1972

scientifiques pour m'assurer que je n'ai pas tenté de me tromper moi-même. Je suis de plus en plus convaincu que nous finirons par découvrir en ce qui concerne la personnalité et le comportement, des lois aussi significatives pour la compréhension humaine ou le progrès humain que celles de la gravité ou de la thermodynamique".

b) Une loi sous forme de condition nécessaire et suffisante

C'est une telle loi qu'il énonce lorsqu'il dit, dans le domaine de la psychothérapie que la présence chez le thérapeute des trois caractéristiques de l'attitude non-directive est une condition nécessaire et suffisante à la restauration chez le client d'un processus de changement allant dans le sens d'une ouverture croissante à l'expérience immédiate.

Une telle loi est bien sûr explicitée et validée par de nombreuses recherches expérimentales utilisant largement comme matériaux des enregistrements d'entretien "thérapeute-client" et de nombreux tests, soit classiques, soit spécialement construits pour la recherche. La condition est nécessaire en ce sens que l'absence d'une des trois conditions entrave le processus thérapeutique. Nous verrons en particulier lorsque nous présenterons dans un chapitre suivant les attitudes de Porter, en quoi d'autres attitudes peuvent freiner la communication du client avec lui-même, et en conséquence sa maturation.

La condition est suffisante en ce sens que si le thérapeute est effectivement non-directif de façon suffisamment constante, on constate invariablement l'apparition d'un processus de changement chez le client qui affecte son mode d'expérience, la structuration de son moi, ses relations avec autrui et son adaptation sociale, ce qui peut se décrire succinctement de la manière suivante⁽¹⁾ :

(1) C. Rogers : in Le développement de la personne - Paris - DUNOD -
1972 - p 51

"En général, on constate que le processus s'éloigne de la fixité du détachement des sentiments et de l'expérience, d'une conception rigide de soi, de l'éloignement des hommes et de l'impersonnalité du fonctionnement. Il évolue vers la fluidité, l'aptitude à changer, le caractère immédiat des sentiments et de l'expérience, l'acceptation de cette expérience et de ces sentiments, les tentatives de construction la découverte du moi changeant dans une expérience changeante, la réalité et la proximité des rapports, l'unité et l'intégration du fonctionnement". (1)

c) Rôle de l'attitude du facilitateur :

Il s'agit d'un processus qui peut être plus ou moins rapide, qui va dans le sens d'un plus grand accord entre le moi et l'expérience. Nous avons déjà mentionné dans le premier chapitre, le rôle joué à ce niveau, par la considération positive inconditionnelle : le client se sentant accepté et satisfaisant progressivement son besoin de considération positive peut se laisser aller, peu à peu, à éprouver des éléments de son expérience jusqu'ici refoulés et s'engager dans ce terrain qui peut être douloureux parfois de la restructuration de son moi. C'est parce qu'il se sent accepté par une autre personne qu'il peut commencer à s'accepter lui-même. Ceci justifie la nécessité de l'intervention d'un facilitateur et qu'on ne saurait réduire la communication du client avec lui-même, à un simple dialogue intime avec soi-même.

L'empathie dans son expression confirme au client qu'il est accepté, qu'il a de la valeur. Elle joue aussi un rôle d'information du client sur sa propre activité. On parle souvent à ce propos d'attitude-miroir, de réponses-reflet. Notons avec Pagès (2) :

(1) C. Rogers : in Le développement de la personne - Paris - DUNOD - 1972
p 51

(2) Max Pagès : L'orientation non-directive - Paris - DUNOD - 1970 - p 44

"Le sujet n'est pas informé sur lui-même, mais il s'informe lui-même, il tend à communiquer avec lui-même".

L'attitude empathique du thérapeute facilite cette communication du client avec lui-même, un peu comme un miroir réfléchissant l'image d'une personne s'y regardant.

Les réponses "reflet" du thérapeute peuvent permettre au client :

- de percevoir des éléments de son expérience
- de poursuivre son effort de communication avec lui-même
- de déplacer le foyer de sa perception en mettant en relief certains éléments : comme si la "réflexion" du thérapeute ajoutait du contraste à ce qui était dit
- de capter, de cristalliser des éléments d'informations qui bien que non-dits, imprégnaient le ton de son discours.

La communication du client avec lui-même, est médiatisée par le facilitateur qui joue par son attitude empathique le rôle d'une caisse de résonance, d'un amplificateur qui apporte de l'énergie au courant de communication du client avec lui-même. Cette énergie actionne en quelque sorte un fonctionnement plus adéquat du système de régulation de la personne et permet à des éléments d'expériences réfoulés jusqu'ici, de passer dans le champ de la conscience.

Que le facilitateur éprouve de façon congruente le cadre de référence du client, l'accepte réellement et non parce qu'il s'en donne l'ordre, reste bien sûr essentiel car même si au niveau verbal, on peut calquer son intervention techniquement sur celle d'une personne congruente, la communication entre deux êtres est faite d'une multiplicité de signaux qui ne sont pas seulement verbaux. Si l'on peut domestiquer le verbe, il en est tout à fait autrement de l'ensemble de ces signaux. M. Kinget⁽¹⁾ utilise le terme de compréhension physiognomique

(1) M. Kinget et C. Rogers : Psychothérapie et Relations Humaines. Paris Navwelaerts - 1976 - p 129

pour désigner

"ce qui consiste à saisir quelque chose de l'expérience d'autrui à partir d'un ensemble d'indices physiques parfois subtils : expressions du visage, de la voix, du geste, de la posture du corps".

Tous ces signaux trahissent la véritable attitude du facilitateur d'autant plus facilement aux yeux du client que celui-ci est en alerte : il a besoin d'éprouver l'accueil du facilitateur, de sentir qu'il est accepté et il se risque à exprimer quelque chose de lui, il se risque à s'ouvrir ; s'il sent qu'il n'y a pas d'écho chez celui qui est en face de lui, il se refermera.

d) Premières extrapolations de la loi

Nous avons tenté de montrer essentiellement en quoi l'attitude non-directive du thérapeute pouvait permettre l'émergence ou la restauration d'un processus de croissance chez le client. On peut facilement extrapoler ces résultats à toute situation mettant en jeu deux partenaires, l'un cherchant à communiquer avec lui-même et l'autre jouant le rôle de facilitateur : ce sont toutes les situations d'entretien de face à face qui peuvent se présenter dans la vie quotidienne, la vie professionnelle, entre amis, parents-enfants, maître-élève, conseiller-client. Il faut y ajouter les entretiens suscités lors d'enquête sociale. Il va de soi que celui qui, dans ce type d'entretien se trouve en situation de client ou d'interviewé pour reprendre la terminologie usuelle en enquête sociale, ne présente pas nécessairement de désaccord entre son moi et son expérience. Dans ce cas, le rôle de l'entretien est simplement de favoriser la communication de la personne avec elle-même soit sur un point qu'elle tend elle-même à clarifier, une difficulté qu'elle vit, une expérience qu'elle vient de vivre, un projet qu'elle essaie de bâtir, soit sur un point qui fait partie de l'enquête menée par l'interviewer. Le mécanisme psychologique est cependant le même en ce sens qu'il s'agit de faire qu'autant que possible, la personne communique avec les données de son expérience (en laissant de côté les valeurs introjectées). Cette communication de la personne avec elle-même s'inscrit dans un processus de croissance : les éléments de son expérience lui apparaissent plus

clairement et peuvent se structurer en un réseau qui peut lui donner la possibilité d'agir plus efficacement, de définir plus aisément un vecteur d'action.

Si l'on revient au schéma de régulation que nous avons proposé au premier chapitre, la communication avec soi peut être interprétée comme une circulation d'éléments partant de l'expérience, à travers le système de traitement de l'information. Le facilitateur, par son action, facilite dans les situations d'entretien de face à face, et c'est ce qui justifie son appellation, la libre circulation des éléments de l'expérience à travers le système d'auto-régulation.

L'extrapolation est certes plus difficile en ce qui concerne la relation qu'implique un groupe. Elle l'est car d'une part la notion de groupe peut cacher des réalités bien différentes et d'autre part parce que même dans les groupes dits de rencontre le réseau de relation n'est plus bipolaire mais se complique et s'enrichit de toutes les relations qui se tissent entre les divers participants.

e) Non-directivité et groupes de rencontre :

C. Rogers a consacré tout un volume aux groupes de rencontre ; il en définit ainsi les traits communs⁽¹⁾ :

"Ces divers groupes appartiennent à un même ensemble : tous sont centrés sur l'expérience de groupe intensif. D'une façon générale, ils présentent un certain nombre de caractères extérieurs semblables. Dans presque tous les cas, le groupe est petit (huit à dix-huit membres) et relativement peu structuré ; les membres déterminent eux-mêmes leurs objectifs et leurs orientations personnelles. Souvent, mais non toujours, l'expérience comprend un apport théorique : des matériaux d'informations sont proposés au groupe. Dans presque tous les cas, le moniteur est essentiellement chargé de faciliter aux membres du groupe l'expression aussi bien de leurs sentiments que de leurs idées. Tant le moniteur que les

(1) C. Rogers : Les groupes de rencontre. Paris - DUNOD - 1973 - p 6

membres du groupe se concentrent sur l'évolution et la dynamique des interactions personnelles du moment".

Ces groupes peuvent être "institués" à des fins thérapeutiques ou à des fins de formation : la dernière des caractéristiques communes à ces groupes que nous avons soulignée montre que ceux-ci sont centrés sur la dynamique des interactions personnelles et cette caractéristique nous semble les différencier des "groupes-classe" auquel renvoie le plus souvent la situation d'apprentissage en milieu scolaire ou universitaire (sauf cas de formation spécifique psychologique ou psychosociologique). Evolution et dynamique des interactions personnelles existent bien sûr dans le groupe-classe comme dans tout groupe, mais la centration se définit, à priori, en d'autres termes qui incluent les objectifs généraux et les éléments du programme. Que le maître ait une attitude centrée sur les élèves, n'évacue point "ce pourquoi" le groupe-classe composé du maître et des élèves est réuni.

(l'usage que nous faisons ici du terme de centration ne doit pas prêter à confusion : nous le faisons en l'appliquant à deux objets différents . Dans un sens, il concerne le groupe tout entier et sert à désigner ce pourquoi le groupe est réuni et dans un second nous retrouvons le sens qu'il a dans "attitude centrée sur la personne" et qui s'applique à une personne du groupe, le facilitateur).

Nous développerons ce qui concerne le groupe-classe dans un troisième chapitre et nous nous restreindrons maintenant aux groupes de rencontre ; Mais pour être clair, il nous semble qu'il était indispensable de bien spécifier les caractéristiques de ces groupes et de bien marquer qu'on ne pouvait assimiler simplement, sans faire un abus, un groupe classe à un tel groupe sauf cas d'espèces.

La question est donc de savoir si l'on peut extrapoler la proposition concernant la facilitation dans une relation de face à face à celle mettant en jeu un groupe de rencontre. Il nous semble qu'on peut le faire à condition toutefois de préciser que le facilitateur doit avoir une attitude non-directive vis-à-vis de chaque membre du groupe mais aussi vis-à-vis du groupe tout entier. On peut considérer un grou-

pe comme un organisme vivant avec tout ce que cela implique sur sa tendance à développer ses potentialités, et sa tendance à "*communiquer avec son expérience, à s'autodiriger à l'aide d'un jeu de feed-back régulateurs spontanés*" pour reprendre l'expression qu'emploie Max Pagès⁽¹⁾.

Il y a cependant une différence essentielle avec un organisme humain qu'il ne faut point perdre de vue : un groupe de rencontre est certes l'objet de "croissance" en ce sens qu'il s'enrichit, mais c'est là croissance de chacun des individus, en tant qu'éléments considérés indépendamment les uns des autres qui est la seule digne, véritablement, d'intérêt (Il faut faire cependant une exception en ce qui concerne les groupes professionnels : l'enrichissement du groupe doit alors être considéré comme traduisant une augmentation de ses possibilités d'action sur le milieu extérieur au groupe : une équipe pédagogique peut modifier par son dynamisme ce qui se passe au niveau éducatif dans un établissement).

Décrivant ses attitudes profondes vis-à-vis d'un groupe de rencontre, C. Rogers déclare :

"Pour autant que je puisse le constater, cette approche ne diffère sur aucun point important de celle que j'ai adoptée pendant des années sur la thérapie individuelle", mais il ajoute tout aussitôt après "cependant mon attitude dans un groupe est souvent assez différente de celle que j'adoptais habituellement dans une relation de face à face".

Nous pouvons tenter, tout de suite, de relever cette différence d'attitude : elle nous semble se traduire par le fait que l'animateur dans un groupe de rencontre peut se laisser aller à être participant : lorsque le climat du groupe est chaleureux, permissif, il arrive que certains participants, à certains moments, spontanément adoptent une

(1) Max Pagès : L'orientation non-directive - Paris - DUNOD - 1970 -
p 121

attitude de facilitation authentique, ou encore qu'ils communiquent au groupe, librement leur expérience. A ces moments là le relai de communication assuré par le facilitateur n'est plus aussi utile que dans un entretien de face à face. Celui-ci peut alors, se centrer davantage sur lui-même, comme un participant, vivre plus ses émotions. C'est l'équilibre entre les trois composantes de l'attitude non-directive qui peut ne pas être exactement la même, une polarisation plus grande pouvant se faire à certains moments sur l'authenticité.

Ceci dit, son approche n'en reste pas moins identique et les principaux caractères de l'attitude du facilitateur selon C. Rogers sont les suivants :

. Acceptation de l'individu : *"J'accepte volontiers que le participant s'engage vis à vis du groupe ou qu'il ne s'engage pas...⁽¹⁾"*
Chaque membre du groupe est digne du même regard positif.

. Compréhension empathique : *"Mon comportement le plus important et le plus fréquent dans le groupe consiste à tenter de comprendre la signification exacte de ce que la personne communique⁽²⁾"*.
Cette compréhension et son expression joue un rôle de liaison, de communication de la personne avec elle-même mais aussi de la personne aux autres membres du groupe.

. Acceptation du groupe : *"S'il y a bien une chose que j'ai apprise et réapprise ces dernières années, c'est que finalement cela vaut la peine d'accepter le groupe tel qu'il est⁽³⁾"*

(1) C. Rogers : Les groupes de rencontre - Paris - DUNOD - 1973 - p 50

(2) Idem p 51

(3) Idem p 44

et aussi "Pourvu que le climat soit raisonnablement favorable, facilitant, je laisse en toute confiance le groupe développer son potentiel et celui de ses membres. Pour moi cette capacité du groupe est impressionnante (1)".

. Authenticité : "Je fonctionne en tirant parti de ce que je ressens. J'ai appris à être de plus en plus libre dans l'utilisation de mes propres sentiments tels qu'ils existent au moment même et ce vis-à-vis du groupe dans son ensemble, ou d'un individu, ou de moi-même (2)".

On voit que l'on retrouve bien là les caractéristiques de l'attitude non-directive, à condition de considérer le groupe comme un organisme vivant digne de confiance lui aussi.

Les effets des groupes de rencontre ont été étudiés ; en particulier l'étude systématique de Jack Gibb (3) montre que ceux-ci sont effectivement un lieu facilitant la maturation des participants tout comme la psychothérapie en face à face. Des groupes sans "facilitateurs" sont eux aussi efficaces, mais comme le souligne C. Rogers (4) "il reste sans doute à examiner si le groupe sans facilitateur est aussi efficace que le groupe avec moniteur".

(1) C. Rogers : Les groupes de rencontre - Paris - DUNOD - p 44

(2) Idem

(3) Cité par C. Rogers in groupe de rencontre - p 118

(4) Idem , cité p5

IV - ATTITUDE NON-DIRECTIVE ET TECHNIQUES

Il y a là un problème qui pour nous est d'importance et avant d'en examiner les formulations sur le plan pédagogique, ce que nous ferons dans le chapitre suivant, nous allons essayer de l'aborder brièvement en ce qui concerne les champs de l'entretien de face à face et des groupes de rencontre.

Dans le deuxième tome de "Psychothérapie et Relations Humaines"(1) M. Kinget, dès la première ligne, aborde le problème :

"Pour paradoxale qu'elle soit, l'affirmation suivant laquelle il n'y a pas de techniques Rogériennes n'exprime pas moins une caractéristique primordiale de cette pratique thérapeutique telle que Rogers la conçoit".

Ceci s'explique, nous venons de le voir dans le début de ce chapitre, par le fait que parmi les "conditions" qui facilitent la croissance du client, c'est avant tout autre chose, l'attitude du thérapeute qui est essentielle. M. Kinget définit la notion de condition (2) comme tout élément "caractérisant une situation donnée, et parmi ces conditions, elle définit comme techniques, un ensemble de dispositions et d'activités qui se prêtent à l'observation et à l'enregistrement et qui peut s'acquérir par voie d'enseignement". Elle éclaire un peu plus cette définition en prêtant aux techniques une caractéristique essentielle qui est la suivante :

"son usage est essentiellement indépendant de la personne qui s'en sert".
Nous soulignons le terme usage car il ne faudrait point lui substituer

(1) Ouvrage cité p 5

(2) M. KINGET et C. ROGERS : Psychothérapie et Relations Humaines -
Tome 1 - Paris - Nauwelaerts - 1976 - p 65

"résultat" : en effet, si une technique peut être objectivée par une définition précise et donc son usage être indépendant de la personne l'utilisant, il n'en reste pas moins que la variable décisive de l'attitude "transpirera" à travers cet usage et qu'on en retrouvera l'influence aux niveaux des effets et des résultats.

L'attitude non-directive ne peut se "techniciser", mais pas plus que n'importe quelle autre attitude : Attitudes et techniques ne sont pas du même ordre de "conditions". En ce qui concerne la relation pédagogique, Max Pagès exprime clairement ce point de vue, dans un article qu'il consacre à l'attitude du maître⁽¹⁾ :

"Je n'ai guère parlé de techniques pédagogiques, de méthodes actives, de pédagogie nouvelle etc... parce que cette question ne me semble pas sur le même plan ; je me suis placé sur le plan des attitudes au sens où les psychologues prennent ce terme, des dispositions profondes et des sentiments et il me semble que des attitudes pédagogiques diverses peuvent coïncider avec n'importe quelle technique pédagogique et réciproquement et aussi, dans le même article ; c'est pourquoi, il faut à mon avis bien distinguer la dimension des attitudes de celles des techniques pédagogiques".

La non-directivité est une attitude, nous l'avons déjà dit et il n'y a pas dans l'apport de Rogers, des éléments techniques "non-directifs", mais cela ne signifie pas qu'il y ait absence de conditions techniques dans un entretien de face à face ou dans un groupe de rencontre animé par un facilitateur non-directif, Toute situation porte en elle des éléments de ce type : le fait que dans la relation psychothérapeutique Rogérienne, thérapeute et client soit de manière générale face à face, nous semble être un de ces éléments techniques qui la

(1) Max Pagès : Une expérience pédagogique en milieu universitaire.
in A.R.I.P. : Pédagogie et psychologie des groupes. Paris - E.P.I.
1966 - p 178

distingue de la relation psychanalytique où le client est allongé sur un divan. Certes, on peut imaginer un psychothérapeute non-directif usant éventuellement de la technique du divan avec le client que la relation de face à face générerait fortement et l'élément technique peut apparaître comme facilitant la communication du client avec lui-même, mais ce qui reste au coeur de la facilitation, c'est malgré tout l'attitude du thérapeute : c'est celle-ci, aussi, qui le guide dans le choix de la technique comme elle le guide dans l'écoute et la compréhension du client.

Dans l'ouvrage que C. Rogers consacre aux groupes de rencontre, nous pouvons relever plusieurs passages, qui nous semblent traduire une méfiance à l'égard des techniques, ou du moins à l'égard de l'usage qu'en font certains animateurs. C'est ainsi par exemple qu'il écrit :⁽¹⁾

"Je sais bien que certaines tâches ou certains exercices fixés par le facilitateur peuvent pratiquement forcer le groupe à communiquer davantage dans l'ici et le maintenant ou au niveau des sentiments. Il y a des animateurs qui ont acquis une grande adresse dans ce genre de choses et qui obtiennent au moment même des résultats. Cependant je suis assez homme de science et clinicien pour avoir voulu suivre un grand nombre de cas et je sais bien qu'il s'en faut souvent de beaucoup que le résultat à long terme de tels exercices soit aussi satisfaisant que l'effet immédiat".

Au mieux, dit-il, cela peut créer un esprit de disciple, au pire, "cela peut donner à la personne l'impression que son moi privé a été d'une certaine manière violé".

Il déclare aussi ⁽²⁾ :

"En de rares occasions, en cas de frustration ou lorsqu'un groupe semblait avoir atteint un certain palier, j'ai usé de ce que je considère

(1) C. Rogers : Les groupes de rencontre : Paris - DUNOD - 1973 - p 48-49

(2) C. Rogers : Les groupes de rencontre : Paris - DUNOD - 1973 - p 56

comme des techniques, mais cela marche rarement. C'est sans doute, parce que moi-même, je ne crois pas en leur réelle efficacité".

Mais néanmoins, il écrit un peu plus loin ⁽¹⁾ :

"A mes yeux, rien n'est un truc, si la spontanéité est réelle. Ainsi, on peut utiliser le jeu de rôles, le contact physique, le psychodrame, des exercices tels que ceux que j'ai décrits, et diverses autres procédures à condition que ces techniques paraissent exprimer ce qui est réellement ressenti à ce moment".

Ces citations éclairent la position de C. Rogers sur les "techniques" et explique pourquoi Jean Vial ⁽²⁾ peut dire de lui qu' "il a nié la valeur des techniques, alors qu'il s'est révélé lui-même un praticien excellent". On peut dire suivant Rogers, qu'une technique, en soi, n'a pas de valeur spécifique de croissance. Selon son utilisation, le moment où elle est appliquée et selon la personne qui l'utilise sa valeur de croissance peut-être positive ou négative pour une personne donnée d'un groupe de rencontre. Le problème qui peut se poser à l'animateur d'un groupe est alors celui de la "pertinence" de l'utilisation d'une technique à un moment donné de l'évolution du groupe. La position de Rogers qui renvoie à la "spontanéité" du facilitateur ne nous semble correcte que partiellement : elle est juste en ce sens que c'est l'attitude du facilitateur qui reste déterminante pour le choix de la technique et sa mise en oeuvre. Utiliser une technique sans croire à ses effets, c'est ne pas être congruent, et celle-ci risque fort de tomber à plat. Utiliser une technique qui force les gens à rentrer en communication pour utiliser les termes de C. Rogers, peut fort bien

(1) C. Rogers : Les groupes de rencontre - Paris - DUNOD - 1973 - p 57

(2) Jean VIAL : "Les méthodes pédagogiques étudiées sous l'angle social" in...
Traité des Sciences Pédagogiques sous la direction de Debesse et Mia-
lant - Tome 6 - Paris - P.U.F. - 1974 - p 405

révéler une attitude qui ne respecte pas en profondeur les êtres, leur rythme de croissance ; il n'y a pas dans ce cas véritablement considération positive inconditionnelle. Utiliser une technique à un mauvais moment, à un moment où le groupe n'est pas prêt à la recevoir pleinement dans ses effets, c'est ne pas coïncider avec le groupe, ne pas être empathique. Ainsi quand les conditions attitudinelles de croissance ne sont pas respectées, la technique risque fort de trahir la valeur de croissance négative de l'attitude du facilitateur, et par ses effets de l'amplifier. Il nous semble cependant que C. Rogers minimise d'une certaine manière l'attention que l'on pourrait porter aux techniques : l'attitude du facilitateur est certes la garantie assurant une valeur de croissance positive aux membres d'un groupe, mais l'usage de techniques n'est pas neutre et il importe d'en connaître les effets possibles. Pour utiliser une technique il convient tout d'abord que le facilitateur la connaisse en profondeur, qu'il puisse en percevoir les effets pour ressentir que ceux-ci seront adaptés, au moment où il l'utilisera, à l'évolution du groupe. Car pour nous, il s'agit de choisir une technique qui coïncide à un moment donné à la dynamique du groupe, ce qu'il est à un moment donné mais aussi ce qu'il est en devenir ; il s'agit que la technique s'inscrive finement dans la perspective directionnelle du groupe tout en respectant son rythme de croissance. C'est un point de vue analogue qu'exprime Max Pagès⁽¹⁾ :

"Contrairement à ce que semble suggérer C. Rogers, l'orientation non-directive en psychologie sociale est loin d'être contradictoire avec l'emploi d'une pluralité de techniques et même pensons-nous, y conduit nécessairement. Par contre, elle s'écarte résolument d'un emploi manipulateur des techniques et met celles-ci au service d'un processus de maturation collective".

(1) Max Pagès : L'orientation non-directive - Paris - DUNOD - 1970 -

CONCLUSION

La non-directivité est une attitude profonde vis-à-vis des êtres, faite d'amour authentique, qui ne leur donne pas de pouvoir mais qui ne leur en enlève jamais, qui respecte profondément leur dynamique de croissance et celle-ci est riche, qui leur confère une réelle valeur dans ce qu'ils sont en totalité.

C'est une attitude faite à la fois de spontanéité et de rigueur : elle est élan vers l'autre, relié comme le dit André de Peretti ⁽¹⁾ à

"une affectivité très chaude, à une présence, à une confiance probe dans les sentiments, les feelings" ;

elle est aussi faite de rigueur vis-à-vis de soi-même, car il s'agit d'être profondément ouvert à soi-même ⁽²⁾

"pour éviter de peser indûment sur l'orientation que prendra l'individu".

Paradoxale, cette attitude se définit à la fois comme ouverture à soi, distanciation par rapport à soi, ouverture à l'autre pour ressentir ce que vit l'autre comme si on était l'autre sans être l'autre. Elle se confond avec l'amour authentique des êtres, lui aussi paradoxal, car comme le dit Max Pagès ⁽³⁾ cet amour

(1) A. de Peretti : Pensée et Vérité de C. Rogers - Toulouse - PRIVAT - 1974 - p 288

(2) Idem.

(3) Max Pagès : La Vie affective des Groupes - Paris - DUNOD - 1970 - p 326

"est accompagnée de deux phénomènes qui en sont indissociables, la découverte authentique de l'autre et la découverte de soi. Par le même acte, l'autre est accepté dans sa condition d'être séparé, dans son altérité fondamentale et le "je" reconnaît son irréductibilité aux autres".

C'est à la fois un mouvement vers les autres, qui conduit à leur reconnaissance, avec toutes leurs valeurs actuelles et potentielles mais qui conduit aussi à se différencier des autres, qui va dans le sens d'une solitude irréductible. C'est pourtant tout le contraire d'un repli sur soi, c'est une dynamique d'ouverture aux autres, douloureuse parfois car elle implique des abandons "d'objets aimés" comme des parties de soi, mais qui va dans le sens d'un enrichissement extraordinaire.

Aller vers l'attitude non-directive, est un cheminement difficile parfois, mais qui conduit à la joie d'être soi avec les autres dans un mouvement souple, fluide d'ouverture au monde, qui autorise une adaptation continuelle. C'est aussi dans la relation aux autres, l'attitude qui leur permet de croître, qui permet à leurs richesses réelles de mûrir, de s'épanouir.