

ENTRETIEN DE CARL ROGERS AVEC DIONE (1977) (Avec des commentaires de Carl Rogers)

PREMIER ENTRETIEN (1/2) : LE DROIT D'ÊTRE DÉSPÉRÉ

NOTE AU LECTEUR

Traduction et présentation

Cet entretien de Carl Rogers a été traduit de l'anglais au français en avril 2020 par **Grégoire Taconet**, de la promotion G14 d'ACP-France. Un grand merci à lui pour cet énorme travail. La révision et la mise en forme ont été réalisées par Dominique Alcan-Braniste et Clément Haudiquet.

Contexte de l'entretien

Cet entretien entre Rogers et le client Dione a été filmé en 1977. C'est le premier d'une série de trois entretiens avec Dione. Le film a été téléchargé sur YouTube en 2021. Il est visible sous le titre : « *Carl Rogers–The right to be desperate* ».

Suivre le lien suivant : https://www.youtube.com/watch?v=uxFXn9JQ_ek

Cet entretien est d'un grand intérêt, d'une part parce que le processus de la séance illustre certains aspects de la théorie de la psychothérapie centrée sur la personne, d'autre part, parce que le film comprend des arrêts sur image durant lesquels Rogers commente l'entretien.

A noter que le verbatim ci-dessous reprend l'entretien *in extenso* y compris les commentaires de Rogers (indiqués entre crochets et en italique). Il comprend 16 pages.

Source du document original en anglais

Whiteley, J. M. (Producer). (1977). Carl Rogers counsels an individual on anger and hurt [Film]. American Personnel and Guidance Association (American Association for Counseling and Development).]

L'institut ACP-France autorise la diffusion de cette traduction à des fins pédagogiques, d'étude ou de recherche, à condition de conserver les mentions de cet encadré.

Pour toute demande ou commentaire : contact@acpfrance.fr

Verbatim de l'entretien

T (Thérapeute : Carl Rogers) : Eh bien, ça me fait très plaisir de vous rencontrer.

C1 (Client : Dione) : OK

T1 : J'ai un peu entendu parler de vous, en bien, et j'ai aussi entendu que vous aviez une leucémie, mais que vous étiez en rémission, et c'est tout ce que je sais sur vous... alors à partir de là...

C2 : OK

T2 : Ce qu'on va faire dépend de nous. De quoi avez-vous envie de parler aujourd'hui ?

C3 : Je ne sais pas. J'étais assis à attendre dans la salle, tout à l'heure, et je pensais à quand j'avais environ 7 ou 8 ans. Je me souviens que je lisais un livre, je crois. Et je n'arrive pas à me souvenir du titre, un livre de Jung, il me semble. Je me suis souvenu que quand je le lisais, à l'époque, je descendais dans le sous-sol de ma maison et, euh, j'éteignais toutes les lumières. Et d'une certaine façon, c'était un peu comme me fermer au monde extérieur (T : Hum, hum) et réfléchir surtout à ce que je voulais faire, ce que je voulais devenir. Et, euh, j'ai appris beaucoup de choses. J'ai appris beaucoup de choses depuis le jour où j'ai su que j'avais une leucémie (T : Hum, hum), en juin ça va faire presque un an... et c'est fou ce que j'ai appris de choses.

T3 : J'imagine bien. Et vous vivez quelque chose, si je comprends bien, qui se rapproche de quand vous aviez 7 ans : en quelque sorte vous couper du monde ou alors vous réfugier dans un espace où vous cherchez à mieux comprendre ce dont vous avez vraiment envie ou qui vous êtes ?

[Commentaire de Rogers numéro 1, pendant un arrêt sur image : Ce premier passage est clairement quelque chose qu'il a répété, et pourtant, le contenu a de l'intérêt. Qu'il soit superficiel ou profond, je veux comprendre le sens exact que cette expérience a pour lui. Que ce soit vrai ou faux, réel ou imaginaire, cette façon de présenter un contenu est très fréquent dans une première session, et il faut s'y attendre et le respecter.]

C4 : Je pense que j'ai écouté pendant tellement longtemps d'autres personnes me dire qui j'étais (T : Hm, hm) et je me souviens qu'au CE2, je donnais une bonne image des Noirs. C'était l'une des... (T : Hm, hm) je me demandais pourquoi je ne pouvais pas donner une bonne image d'une autre communauté aussi. Je pense qu'on m'a vraiment conditionné à être quelque chose. A être une sorte de symbole, ou je ne sais pas quoi, et pas vraiment à être une personne, vous voyez, c'est comme si dans une certaine mesure j'étais passé à côté d'une partie de mon enfance. (T : Hm, hm). Je ne le regrette pas vraiment. Je pense que je ne le regrette pas, mais je suis vraiment passé par beaucoup de changements. Et je pense que maintenant, après avoir appris que j'avais une leucémie et après avoir fait face à la leucémie comme je l'ai fait, c'est tellement incroyable, vous savez. J'ai su en juin dernier et, euh, je me suis occupé de tout régler parce qu'on m'a dit que j'avais moins d'un an à vivre. (T : Hm, hm) Et, euh, ce fut une sacrée expérience. (T : J'imagine bien). Ce fut vraiment une sacrée expérience.

T4 : Je suppose que c'est une expérience qui vous a fait visiter des endroits très sombres.

C5 : Oh, oui. Ça c'est sûr. Ça c'est sûr. D'un côté j'avais accepté la mort. Je, vous savez, même si je suis jeune, je pense que j'ai vécu longtemps et que j'ai vécu beaucoup de choses. Mais c'était le début de trucs qui ont vraiment un effet sur moi aujourd'hui. (T : Hm, hm) Je suis plus heureux que jamais... aujourd'hui. Je suis beaucoup plus heureux. Mais il y a beaucoup de douleur aussi. Il y a énormément de douleur et je pense que je commence seulement à m'en rendre compte. Euh, parce que vous savez, en donnant une bonne image de la communauté, en étant un excellent étudiant, un excellent universitaire, un excellent footballeur, ça ne laisse pas beaucoup de place pour exister...

T5 : Vous avez répondu aux attentes que les autres avaient placées en vous, et on dirait que c'est ce que vous devriez encore faire maintenant. J'imagine que vous remettez beaucoup ça en question.

C6 : Oh, oui. Énormément. Et si on veut on commence à... ce qui est marrant, c'est que je me rends compte que certaines choses que je pense intérieurement sont très bien. Et si on veut ce n'est pas...

vous savez, je me sens bien, et je suis dans une démarche de devenir bien. Mais si on veut je n'y ai pas pleinement réfléchi. C'est dur de faire face à la douleur. Et si on veut se préparer à mourir, c'est autre chose, vous savez, ça je ne l'ai pas partagé avec ma famille (T: Hm) avant le mois de mars de cette année. Donc c'était quelques mois avant que je...

T6 : C'est un poids que vous avez gardé pour vous.

C7 : Ouais. Mais j'ai préparé un projet très méticuleusement, pour que mes enfants vivent dans un lieu où j'avais envie qu'ils vivent. Et c'est ça, j'essayais de contrôler quelque chose pour après ma mort. C'est seulement quand je suis rentré en mars cette année pour fêter l'anniversaire de mes enfants, et il se trouve qu'il me restait 4 semaines à vivre à ce moment-là : on m'avait dit le 15 mars qu'il me restait quatre semaines à vivre. Et c'était complètement incroyable parce que si vous voulez, pour la première fois, j'ai vu toute ma famille et mes amis. Et ils arrivaient et c'étaient des gens très aimants, vraiment très aimants, et très gentils, vous voyez. Euh, mais en même temps, ils étaient tous en train de fleurir ma tombe. (T : Hm, hm) Et je pense qu'ils ne s'en rendaient pas compte. Et ce qu'il s'est passé, c'est que je me suis senti de plus en plus mal et, euh, j'ai pris des distances avec un ami. Vous voyez, j'ai habité en Californie, euh, après avoir appris que j'avais une leucémie, je me suis mis à préparer un projet pour que ma famille déménage là-bas. (T : Hm, hmm) Et on a emménagé à peu près en novembre après quelques voyages là-bas. Les voyages à la base c'était pour trouver un docteur (T: Hm, hm) et aussi d'une certaine façon de trouver une sorte d'espoir. Vous voyez, j'ai ce conditionnement d'être combatif. Alors, d'un côté j'accepte, (T : Hm, hmm) et de l'autre j'essaye de me battre avec tout ce que je peux donner pour vivre.

T7 : Si l'issue c'est la mort, d'accord, vous allez l'encaisser. Mais vous n'allez pas l'encaisser s'il peut y avoir une autre issue.

C8 : Non. Certainement pas.

[Commentaire de Rogers N° 2 : J'aime bien la façon que j'ai d'être un compagnon pour lui, à essayer de révéler exactement comment il perçoit la perspective de la mort. Je trouve que c'est important parce que c'est dans les parties les plus sombres de son expérience qu'un client a le plus besoin d'être compris.]

C9 : Vous savez, ce qui, euh, vous savez, j'étais assis là-bas et je me disais... je m'étais vraiment conditionné à, à vraiment me préparer et à trouver la croix la plus proche et à me hisser dessus, et je suis comme ça depuis que j'ai 7 ans, et je ne m'explique pas trop pourquoi.

T9 : A vraiment vous crucifier, c'est ça que vous voulez dire ? Ou à être un martyr ? Je n'ai pas compris...

C10 : Oh, je ne sais pas trop. Mais je pense que c'est dans mes activités, en termes de communication interraciale, le travail avec des groupes, et aider les gens (T : Hm, hmm), j'ose espérer que c'était très proche du travail des gens comme vous. (T : Hm, hmm) Euh, d'être toujours disponible pour tout le monde, tout le temps. Je pense que c'est ça d'être un martyr ou (T : ouais) un truc comme ça. Ouais.

T10 : Donner la priorité à l'autre.

C11 : C'est clair. Ouais. Au lieu de me dire "Tiens, je peux prendre un peu de temps pour moi." Parce que vous voyez, je me suis tellement investi dans le travail pendant tellement longtemps que c'était

tout simplement très très dur pour moi de, vous savez, d'être malade, de ne pas travailler et de ne pas être aux commandes parce que, le moins qu'on puisse dire, c'est que je n'étais pas aux commandes. (T : Hm, hmm) Et il y a beaucoup de choses que j'ai faites dont je ne suis pas vraiment fier. (T : Hm, hmm) Mais vous savez, après y avoir réfléchi juste un peu, enfin bref, une des choses qui me manquent, vous savez, je suppose que ça vient peut-être de ne pas l'avoir dit à certains ou quelque chose comme ça, que j'étais malade... mais euh, après leur avoir dit, quelques mois plus tard, quand il me restait quatre semaines à vivre, je n'ai trouvé personne qui m'a permis d'être désespéré, qui pouvait comprendre une partie des choses que je n'avais pas envie de faire. (T : Hm, hm) Et ça m'a fait repartir dans la culpabilité. Et donc maintenant je suis comme en train de nettoyer tout ça.

T11 : Hm, hm. Est-ce que ça fait partie de la douleur ? Vous avez parlé de douleur un peu plus tôt et je n'avais pas tout à fait compris. (C : Hm, hm) Mais je peux comprendre la sensation de désespoir et aussi je peux comprendre à quel point ça doit être dur de n'avoir personne pour vraiment comprendre ce sentiment qui est en vous.

[Commentaire de Rogers N°3 : Je peux le laisser dans son sentiment de désespoir. Des amis ou de la famille ne peuvent pas lui accorder sa place. C'est important que quelqu'un puisse vraiment l'autoriser. Je reviens aussi au sentiment de douleur qu'il a évoqué avant, je voulais avoir un ressenti plus complet de son monde intérieur, mais comme vous allez le voir, il ne s'empare pas de cette partie-là.]

C12 : J'ai perdu mon beau-père, et pour moi c'était terrible cette perte, et c'était une perte dont je n'ai jamais pu parler à ma femme ou à personne d'autre. (T : Hm. Hm, hm) Et j'ai beaucoup donné à cette famille, vous savez, pendant 5 ou 7 ans environ. Et quand je suis revenu, il y avait tout simplement certaines choses qui m'ont montré qu'il n'y avait, qu'il n'y avait pas vraiment de connexion. Il n'y avait pas vraiment de connexion entre, entre tout cet amour et ce que je pouvais y mettre, et puis tout d'un coup vous savez, je suis juste devenu un, vous savez, je suis juste devenu un Noir pour eux. J'étais juste un black. Vous savez, et puis je pense que c'est important de comprendre que ma femme est, vous savez, elle est blanche, germano-irlandaise. (T: Hm, hm, je vois.) Et je pense que ça contribue à expliquer le reste. (T : Hm, hm, hm) Euh, quand on s'est mariés, au début, avec mon beau-père, c'étaient des disputes sans arrêt, mais ensuite après ça on ressentait de l'amour l'un pour l'autre... et ça a duré 6 longues et belles années, c'était intense. Et en gros, c'était ma seule connexion, et quand il est mort... je me suis rendu compte que je n'avais pas de soutien de la part des autres. (T: Hm, hm) Il n'y avait vraiment aucun soutien.

T12 : Et... et j'imagine... ou peut-être que je perçois comme un peu de ressentiment, parce que vous avez vraiment déversé beaucoup d'amour et d'attentions pour cette famille et lui il vous en a rendu un peu, mais après sa mort, c'est comme si tout ça ce n'était pour rien au final.

C13 : Oui. C'est clair. Ouais, je pense que, vous savez, ce que je voulais, ce que je voulais plus que tout, c'était juste de, vous savez, de l'amour. J'imagine que c'est cette réciprocité, vous savez, avec ce que je ressentais pour chacun d'eux. (T : Hm, hm) Vous savez, je pensais que ce n'était pas de ma seule responsabilité, mais vous savez, c'était quelque chose de très naturel pour moi de me soucier des autres (T: Hm, hm), de ceux qui étaient proches de ma femme (T : Hm, hm) à ce moment-là.

T 13 : Donc c'était blessant de ne pas aussi recevoir cet amour. Ce n'était pas mutuel.

C14 : Oh oui. C'est sûr que c'était blessant.

[Commentaire de Rogers N°4 : J'essaye toujours de percevoir les sentiments qui se cachent juste en dessous de ses mots et il l'accepte bien. J'essaye de saisir le ressentiment et la douleur qu'il n'a pas encore verbalisés très clairement.]

C15 : Et il y a plusieurs choses qui se sont passées sur la côte Est... des gens qui se demandaient pourquoi j'avais quitté un bon poste, vous savez, ce genre de bêtises. Et euh, parce que, vous savez, je n'avais dit à personne que j'avais une leucémie (T: Hm, hm) Et euh, il y a eu un enchaînement de choses. Et il y a eu des histoires qui auraient dû, je pense, euh, à mon avis, pour chaque histoire, chaque situation, c'est important de voir les deux côtés. (T: Hm, hm) Et là, il n'y avait qu'un seul des deux côtés et ça m'a blessé parce qu'on ne m'a pas donné ma chance.

T15 : On ne vous a jamais entendu.

C16 : Jamais. Et, mais en même temps, je veux dire, d'une certaine façon, d'une certaine façon, j'avais l'impression que je me mettais moi-même dans cette situation. Parce que personne ne savait ce que je vivais intérieurement, vous voyez. Parce qu'il fallait que je prenne mes responsabilités. Et il fallait que je sois meilleur que tout le monde. Parce que c'est ce qu'on m'a toujours dit. Vous pouvez, dans une société majoritaire, il fallait que je dépasse de 100, voire de 200% une personne blanche (T: Hm, hmm) ou une personne métis (T: Hm, hmm). Il le fallait, parce que c'était nécessaire pour survivre.

T16 : Hm, hmm. Et dans vos efforts intenses, une des raisons pour lesquelles vous n'étiez pas entendu, c'est que vous n'osiez pas laisser s'exprimer la personne que vous étiez vraiment, la personne qui souffrait de maladie que vous étiez à ce moment-là.

C17 : Oh non. Pas du – c'est quelque chose qui me faisait vraiment peur, vous savez ? (T : Hm, hm) Je n'avais vraiment pas confiance, j'imagine, dans certaines choses qui se passaient, (T : Hm, hm) euh, mon Dieu, à un niveau global, vous savez. Mais de là à confier ce genre d'information (T : Hm, hm) à d'autres gens. (T : Hm, hm) Ça me rendait vraiment mal à l'aise. (T : C'était effrayant) Vraiment mal à l'aise. (T : Hm, hm) Et j'ai fait beaucoup de choses que je n'avais pas vraiment envie de faire (T : Hm, hm) parce que j'étais vraiment désespéré. Euh, j'ai abandonné mon travail et je suis venu ici, et j'ai travaillé comme consultant et tout ça, mais il a fallu que je dépense plein d'argent pour le diagnostic des médecins et (T : Hm, hmm) tout ça et, et toutes sortes de machins pour survivre. (T : Hm, hm) Et donc, j'ai dû emprunter de l'argent. Et quand j'ai emprunté cet argent, je ne l'ai pas emprunté en disant quelque chose du genre "Salut, euh, Ted ou n'importe, il me faudrait, tu sais, à peu près tant de dollars, tu vois... parce qu'en fait, j'ai une leucémie" et tout ça. Ça me rendait mort de peur de dire ça, vous voyez ? (T : Hm, hmm) Vous savez, j'avais besoin d'un peu d'argent parce que, euh, je crois que j'ai dû inventer une dizaine d'histoires, vous savez. (T: Hm, hmm) Et j'y repense et vous savez, je me sentais vraiment mal, vous savez. (T : Hm, hmm). Et euh, parce que d'une certaine façon j'avais développé une, euh, attitude professionnelle je pense, en ce qui me concerne, ou au moins quelque chose comme... beaucoup de gens avaient beaucoup de respect pour moi. (T: Hm, hmm) Et vous savez, j'avais... je ne sais pas si c'était de l'amour ou une envie de prendre soin ou quoi, mais c'était du respect. (T : Ouais) Quand je me suis retrouvé avec cette histoire d'argent, dans cette situation financière, j'ai dû emprunter de l'argent et je ne pouvais vraiment pas en parler. Et d'un côté, vous savez, j'avais vraiment envie d'en parler, mais je ne l'avais même pas dit à ma femme (T: Ouais) ni à ma famille. (T: Ouais) Et je me suis dit, OK, bon je me suis dit une chose, vous savez, et ça va, ça va aller, et cet argent va arriver, et pareil pour le reste et je pense que c'est une partie

de, euh, de moi, de qui je suis, je ne suis pas vraiment sûr que euh, vous savez, qu'elle soit vraiment acceptable, parce que j'ai le devoir d'être parfait.

T17 : Ouais. Ouais. Donc, même par rapport à vous-même, vous ne pouvez pas accepter certaines choses que vous avez faites, et si je comprends bien, vivre en affichant cette façade qui n'était pas vous pendant un certain temps... ne dire à personne la situation telle qu'elle était non plus.

C18 : Ah ouais. C'est clair. C'est tout à fait ça. Je...

[Commentaire de Rogers N° 5 : La souffrance et la peur de se révéler en tant que personne malade sont presque pires que la maladie]

C19 : C'était très difficile. Le plus difficile, je pense (T : Hm, hmm), je pense que c'était le plus difficile dans ma maladie. C'était ça, "Hé, c'est impossible que j'aie un cancer", vous savez. C'est comme avoir des MST, ou même trois MST en même temps. (T: Hm, hmm) Vous savez, comment on fait pour dire à quelqu'un "J'ai une leucémie... il me reste moins d'un an à vivre, ou quoi (T: Hm, hmm)... et là j'ai besoin d'argent." (T: Hm, hmm) Vous savez, c'est comme quand quelqu'un regarde votre verre, vous voyez, et qu'une fois que vous leur avez dit que vous avez un cancer... ils ont une sorte de... ils s'écartent de votre verre, un peu.

T19 : Hm, hmm. Hm, hmm. Comment cela aurait pu même être possible de dire à quelqu'un où vous en étiez physiquement !

[Commentaire de Rogers 6 : L'une des choses les plus dures pour une personne condamnée est la réaction des autres envers lui. Donc, quand il parle de la mort et de sa fin de vie, ça me semble très important de l'accompagner au plus près, d'accepter et de reconnaître ses sentiments.]

C20 : Je ne sais vraiment pas. Vous savez, j'ai vraiment, j'ai vraiment essayé de débattre intérieurement parce que je ne vois pas, je ne vois vraiment pas comment j'aurais pu faire les choses autrement, parce que, vous savez, c'est dans mon tempérament (T: Hm, hm) de ne pas, je n'aurais jamais... Je suis toujours là pour aider les autres. (T: Hm, hm) Je n'étais pas là parce que... pour dire, "Hé, tu sais, j'aurais besoin que tu m'amènes à manger là tout de suite, ou quelque chose de ce genre."

T20 : En fait, vous n'aviez jamais vécu de situation où vous étiez la personne en demande, qui avez besoin d'aide et besoin de...

C21 : C'est exactement ça. Même quand j'avais besoin d'argent ; je n'avais pas besoin d'argent pour des problèmes de santé. (T: Hm, hm) C'était par exemple parce que les affaires avaient été mauvaises ou pour un investissement, ou quelque chose de cet ordre... et du coup, pour les gens qui avaient confiance dans ce type d'informations ou quoi... genre, vous savez, bon, ça, je vais gérer. Je vais gérer. Mais ce n'est pas mon tempérament, ça n'a jamais été mon tempérament. (T: Hm, hmm) Il fallait que je garde cette image. (T: Hm, hmm) C'est une image que je devais garder. (T: Hm, hmm) Et euh, ça m'a coûté ma famille, les enfants, vous savez. J'imagine que c'est ce qui m'a coûté le plus. Je pense qu'en fait les autres choses n'étaient pas si importantes que ça. Mais, mais ce que ça a effectivement fait, ce que la leucémie a fait... ça m'a aidé à comprendre que je suis juste un humain ordinaire comme tout le monde. (T: Hm, hmm) Vous savez, et des fois vous savez, c'est... tout le monde a des problèmes, etc..., mais en même temps c'était comme, c'était mon tempérament de faire ça. Vous savez, je n'allais pas leur dire. Non. Pour quoi faire ?

T21 : Mais ça laisse entendre que la leucémie vous a aidé à vraiment détruire cette notion de vous en tant que "l'image".

C22 : Je pense, je pense que ça a fait ça. Je pense que ça a fait ça. En fin de compte, ça a fini par faire ça. J'utilise la fin... les quatre semaines quand on m'a dit qu'il me restait quatre semaines à vivre (T : Hm, hmm. Hm, hm m) c'était la fin, à la fin de la leucémie. Même si maintenant je suis en rémission, (T : Hm, hmm) je ne prévois pas de, je ne... vous savez, je ne vous ai pas dit que je suis allé à, je suis allé passer les tests et j'ai donné une quantité énorme de sang. Je ne sais pas où ils envoyaient ce sang et ce qu'ils faisaient avec. J'ai donné une quantité extraordinaire mais rien, rien ne ressortait. Mais vous savez, une chose que je savais quand même c'est que si j'allais à l'hôpital, si je faisais ce qui disaient les médecins, j'allais probablement mourir. Et c'est presque comme, vous savez, quand vous commencez à devenir un agnostique à l'école, ou quoi, vous savez, vous suivez... je veux dire j'ai suivi tout cet enseignement religieux à l'école, et tout ça... et j'ai dit, "je ne pense pas que Dieu existe". Ou, "ce n'est pas vraiment important, ou quoi." (T : Hm, hmm) Mais en même temps, je ne dis pas tout, vous savez. Et de temps en temps il m'arrive de faire une prière (T : C'est ça) juste au cas où.

T22 : Vous ne prenez pas de risques.

C23 : C'est clair. Je pense que c'est aussi ce que je faisais pour ce qui concerne la leucémie. C'est vraiment ce que j'ai fait. J'ai... la suite logique de la leucémie qu'ont mon oncle et mon cousin ont eu avant moi, ça a été la mort. (T: Hm, hmm) Ce fut la mort. Et maintenant je crois que j'en sais un peu plus là-dessus, finalement, qu'on ne meurt pas nécessairement. Parce que ce n'est que quand j'ai vu tout le monde balancer des feuilles sur ma tombe, que j'ai vraiment compris que j'avais le pouvoir de faire ça, et ça, en mentant pour de l'argent, c'était probablement pire pour moi que... que la leucémie, je pense. (T : Hmm) Je ne sais pas si c'est très clair.

T23 : Si, c'est clair.

C24 : Ça y est, je l'ai dit (rires)

T24 : Hm, hmm. Hm, hmm. D'une certaine façon, ce que je retiens de tout ça, c'est que vous mentir à vous-même, en quelque sorte, était vraiment plus lourd à porter pour vous et vous causait plus d'inquiétude que le fait d'avoir une leucémie.

C25 : Oh, c'est clair. C'est clair.

[Commentaire de Rogers N° 7 : Je pense que c'est la première fois qu'il exprime un sentiment dont il n'avait pas conscience avant. C'est un moment significatif dans tout premier entretien.]

C26 : Ce qu'il y a aussi, c'est que j'étais à deux doigts de laisser mes enfants, vous savez, des enfants très jeunes, magnifiques... des enfants à qui j'avais donné la vie pour qu'ils fassent, en gros, la même chose que ce que j'ai fait, vous savez... qu'ils portent le monde sur leur dos (T: Hm, hmm) et qu'ils changent les choses. (T : Hm, hmm) Vous voyez, ça m'a aidé, car maintenant, avec mes enfants, je ne pense pas que je veux élever mes enfants comme ça.

T26 : Hm, hmm. Vous ne voulez pas qu'ils portent le même genre de fardeau de l'image que vous avez porté.

C27 : Non. Pas du tout (T: Hm, hmm) Pas parce qu'ils sont métis indiens. Pas parce qu'ils sont métis noirs. Ou pas parce qu'ils sont du tiers monde ou je ne sais pas quoi. Ils n'ont pas à porter ce fardeau, d'essayer de changer et de toujours être la cible de certaines lois ou ce genre de chose et d'être tout le temps sous contrôle. (T : Hm, hmm. Hm, hmm) Et je n'ai jamais vraiment, je me suis toujours senti à l'extérieur... parce que je ne sais pas si mon enseignante de CE2 pensait me faire une faveur en me disant que je donnais une bonne image des Noirs, (T : Hm, hmm) mais bon... disons que c'est ce qui s'est passé, et à l'époque ça m'a mis mal à l'aise (T : Hm, hmm) (*Soupir*) C'est un début. (T : Hm, hmm)

[Commentaire de Rogers N° 8 : Il est arrivé à la fin de la partie préparée et maintenant il est en territoire inexploré. Le silence ne me gêne pas et j'ai très envie de voir comment il va poursuivre. C'est son choix à lui.]

C28 : Je me souviens avoir parlé à quelqu'un quand je suis revenu. J'avais tout juste appris que j'étais en rémission, et je clopinais avec une canne, et tout ça, et mon Dieu, la première chose que j'ai faite en revenant, ça a été de faire de la moto. Alors ça, pour moi, ça a été radical. (T: Hm, hmm) Pour moi, c'était vraiment, vraiment radical, mais je me suis amusé (T: Hm, hmm) ; vous savez, c'est une des premières fois où je me suis amusé depuis ma maladie, vous voyez, parce qu'en plus de la leucémie, je me battais pour mon divorce et on m'a arraché ce que je possédais, vous savez, et j'avais une belle-famille, une belle-famille qui n'était pas noire, et j'ai appris plus tard, quand ma femme m'a dit qu'elle ne savait pas que toute une communauté voulait divorcer. (T : rires) Comme s'ils étaient mariés. Et ça m'a blessé, ça. (T: Hm, hmm) Vous voyez, comment ces bons chrétiens, des gens intègres peuvent faire des jugements aussi affirmés sans avoir, vous savez, tous les éléments ?

T28 : Et là il me semble saisir un peu d'amertume. Comme le sentiment qu'ils jugent de façon tranchée sans, sans avoir une vue d'ensemble.

C29 : C'est clair. C'est clair. Ben, ce qui était incroyable c'est que je n'ai pas... j'ai oublié, j'imagine que pour comprendre, vous voyez, que... j'ai oublié pendant quelques années – Bon, là je vais vraiment simplifier (T: Hm, hmm)... Mais j'ai oublié que j'étais Noir dans cette famille, dans cette communauté (T : Hm, hmm. Hm, hmm), vous voyez. (T: Hm, hmm) Et après j'ai vite appris que je...

T29 : Et puis d'un coup on vous l'a rappelé !

C30 : Oh, c'est clair. C'est clair. Et je pense que ça a aussi causé beaucoup d'amertume ou quelque chose comme ça. (T : Hm, hmm) Et cette partie de moi dont je veux me débarrasser. (T : Hm, hmm. Hm, hmm) Vous savez, je n'arrive pas à supporter le... le film que quelqu'un se fait sur moi. Parce que je n'en veux pas vraiment à qui que ce soit pour ça. Pour beaucoup, il s'agit de ma responsabilité. Mais en même temps, je crois que j'ai vraiment le droit d'avoir été désespéré, à ce moment-là.

T30 : Ouais.

C31 : Et ça je ne l'avais pas vraiment compris.

[Commentaire de Rogers N° 9: C'est un véritable pas vers l'acceptation de soi : l'acceptation de lui-même comme une personne désespérée.]

C32 : C'était tout simplement, vous savez, ça a été tellement dur, c'est devenu tellement dur... toute cette histoire de leucémie... et les mensonges et les trucs comme ça et tout ça ; je ne savais pas. Je

me suis dit : “Bon, si je peux prendre un peu d’avance, me faire assez d’argent pour rembourser tous ces gens, et même dans mon testament et avec mon assurance” (T : Hm, hmm. Hm, hmm). Vous savez, j’ai fait en sorte que tout le monde soit sûr d’être payé (T : Hm, hmm) mais, vous voyez. Je n’étais toujours pas... ce n’était toujours pas acceptable pour moi, je ne sais pas pourquoi... Je ne voulais pas m’en aller avec une dette envers quiconque (T : Hm, hmm), parce que ce n’était pas... ça n’aurait pas vraiment été américain de faire ça, j’imaginai ça à l’époque.

T32 : Ça n’aurait pas été à la hauteur de l’exigence que vous aviez envers vous-même et que d’autres gens avaient envers vous.

C33 : Oh. Oui. C’est clair. Et genre, ça commence à me fatiguer un peu ces exigences. (T : Hm, hmm) ça commence vraiment à me fatiguer un peu ces exigences (T: Hm, hmm). Et en gros, je pense que le genre de choses qui euh... ce qui m’intéresse et ce qui me fait vibrer... c’est bon pour moi. (T : Hm, hmm) Et je ne sais vraiment pas pourquoi j’ai été en rémission. Vous savez, j’avais des sentiments par rapport à ça... vous savez, personnels, religieux, de ce style. Mais je pense qu’une grande partie de tout ça a un rapport avec ma décision de faire le choix de vivre.

T33 : Hm, hmm. On dirait que peut-être, vous êtes en train de dire plusieurs choses ici, que peut-être que le fait de décider que vous aviez envie de vivre a fait une réelle différence. Et aussi de décider que ce que vous ressentiez comme vos besoins et vos désirs et tout ça, avait une réelle légitimité.

C34: Oui. Et ça fait vraiment du bien de vous entendre dire ça. Parce que je le ressens vraiment. Parce que ce que j’ai fait, je pense, c’était...

[Commentaire de Rogers N° 10 : C’est un tel bonheur de se sentir compris. C’est un soulagement. Ça montre l’intérêt d’aller vraiment à l’intérieur du monde du client et le comprendre et communiquer cette compréhension au client.]

[Commentaire de Rogers N°11 : Petit à petit il entre en contact avec son amertume, et son désespoir réel.]

C37 : Ma facture de téléphone s’élevait à quelque chose comme 1500 dollars par mois vous savez, et je m’inquiétais tellement pour les enfants, (T : Hm, hmm) vous savez.

T37: Hm, hmm. Donc ça aussi, ça a été un gros fardeau, très pesant, hein?

C38 : Oh ouais. Ouais, c’était plutôt pesant. C’était plutôt pesant.

[Commentaire de Rogers N°12 : C’est la première pause confortable. J’ai l’impression qu’il est comme en train de rajuster son propre rythme et de se raccorder aux sentiments qu’il a verbalisés.]

Fin de la partie 1 (Fin de la première bobine du film)

T38 : Il y a eu beaucoup de hauts et de bas dans votre vie, en quelque sorte

C39 : C’est sûr. Mais la leucémie m’a fait partir du Michigan, et ça... oh, merci pour ça ! Et si vous savez, il ne me reste que quelques mois à vivre, ou quoi, c’est beaucoup mieux que de vivre sous, euh, sous le stress permanent que de me demander si je vais être accepté ou pas accepté.

T39 : Alors s'il y en a une, c'est la chose positive que la leucémie a faite pour vous.

C40 : Oui. C'est vraiment la chose positive. Parce que le résultat a été un divorce. Par bonheur, je suis allé en Californie. Euh, et c'est vraiment comme ça que je le ressens.

[Commentaire de Rogers 13 : Avant, le divorce était une blessure. Maintenant ça a plutôt l'air d'être une bénédiction. Je voudrais suivre et accompagner chaque sentiment quand il survient, si éphémère soit-il.]

C41 : Même quand je le dis, vous savez, il y a... ça a été un chemin dur, tellement usant... et vous savez, c'est extrêmement dur pour moi d'en parler maintenant. (T : Hm, hmm). C'est vraiment dur.

[Commentaire de Rogers 14 : Voyez comme son rythme de parole a ralenti. C'est un signe qu'il travaille sur lui-même. La façon de s'exprimer change dans son ensemble quand le client explore un territoire nouveau et difficile.]

C42 : En sortant toutes ces choses négatives, je ne suis pas sûr de comment gérer pour l'instant, (T : Hm, hmm). Et vraiment j'hésite. Mais il y a certaines, certaines choses, vous savez... Il a vraiment fallu que je mette les mains dans le cambouis. "Ah, enfin", vous voyez. Parce qu'encore maintenant, vous savez, quand je parle à ma femme à 5000 kilomètres et qu'elle me parle de ce que sa mère pense et d'autres trucs du genre, ça me rend malade. C'est arrivé, ouais... c'est arrivé l'autre jour. Elle a appelé, et tout allait vraiment bien, et puis elle a commencé à parler d'autres personnes, de ce qu'ils font et de ce qu'ils pensent. Cette nuit-là, j'ai très peu dormi et j'étais prêt à retourner à l'hôpital, et j'étais même prêt à avoir une leucémie. (T : Hm, hmm) J'étais prêt. Vous voyez ?

T42 : Alors, vous avez l'impression comme si, dans un certain sens, vous vous mettiez en condition d'être prêt pour la maladie, ou alors que recevez quelque chose de l'extérieur, vous vous rendez prêt à l'avoir.

C43 : On dirait que c'est ça. Vous savez, je n'y croyais pas. Je ne croyais pas à ce que vous venez de dire, il y a quelque temps, (T : Hm, hmm) mais maintenant j'y crois. (T : Hm, hmm) J'y crois.

[Commentaire de Rogers 15 : Une conscience fascinante de la source psychologique de ses symptômes.]

C44 : Vous savez, je me rappelle quand je suis revenu et, euh... pour la première fois, mes parents ont appris que j'avais une leucémie. On dit quoi à sa mère ? On dit quoi à son père ? Je me souviens qu'on m'a appelé au téléphone. Et je logeais chez mon épouse, alors qu'on était, gardez ça à l'esprit, on était en train de divorcer, tout ça, et on, euh, on fêtait l'anniversaire de mes enfants en même temps. Et puis ma mère appelle. "On arrive." Personne à la maison. D'un coup je perds ma... plus de vision ! (T : Hm, hmm). Vous savez, c'était un des symptômes de la leucémie (T : Hm, hmm). Et euh, ça m'a eff..., ouah, ça m'a vraiment effrayé au point de vouloir partir en courant. Mais je ne pouvais pas courir, je ne voyais rien ! (T : Vous ne voyiez rien). Et, euh, c'est seulement quand je suis reparti en Californie que j'ai essayé de prendre le temps d'y réfléchir sur ce qui s'était passé quand (T : Hm, hmm), au niveau de, vous savez, de la paralysie que j'ai eu au niveau de mes jambes. C'est incroyable, on aurait vraiment dit que, d'une manière ou d'une autre, d'une manière ou d'une autre, c'est quelque chose que je contrôlais d'une certaine façon, mais je veux dire, je ne suis pas vraiment sûr.

Mais je suis convaincu que j'ai de la maîtrise là-dessus. (T : Hm, hmm) Mais je ne sais pas trop comment. (T : Hm, hmm) Vous voyez ? (T : Hm, hmm)

T44 : Je crois comprendre que vous avez la sensation qu'auparavant, ces choses vous arrivaient à cause d'évènements de l'extérieur, mais que maintenant, vous commencez à ressentir que vous pouvez les contrôler... de l'intérieur. Est-ce que, est-ce que c'est un peu ce que vous êtes en train de dire ?

C45 : Je crois que c'est ce que je suis en train de dire.

[Commentaire de Rogers 16 : Ça pose toute la question de ce qu'est la maladie ? En quel sens, c'est psychologique et en quel sens c'est physique ? Sa façon de présenter les choses ne me permet que de suivre la réalité psychologique.]

C46 : Quand j'ai une attitude positive et quand je fais des choses que j'aime bien, je n'ai plus de symptômes. (T : Hm, hmm) Je n'ai pas de symptômes. Et vous savez quoi ? je veux dire, quand je suis venu ici, les médecins voulaient que je fasse des transfusions et des trucs comme ça, vous savez, et je me souviens qu'un médecin m'a dit, "Je ne sais pas vraiment ce qui vous prend de jouer au tennis et tout ça, mais il faut vraiment que vous veniez ici et que vous fassiez une transfusion." J'ai dit "Pourquoi faire ? Je vais bien." "Pour être sûr." Vous voyez (T : Hm, hmm) C'est... bon, je ne vais pas finir ma phrase. (Rogers rit) Mais, vous savez genre, dans une certaine mesure en tout cas, ça me confirme certaines choses sur le fait de ne pas compter sur les médecins pour s'occuper de moi. (T : Hm, hmm) Je parle de la leucémie. (T : Ouais) Je ne vais sûrement pas chercher à faire un procès à tous les médecins ou à leur profession à partir de ce qui m'est arrivé (T : Hm, hmm) ; vous savez, je pense, j'espère, que d'une certaine façon, d'autres personnes qui ont un pronostic vital engagé par une maladie pourront faire ce qu'il faut, parce que je pense que c'est ce que j'ai fait ; eh oui, j'ai cette maîtrise. Et je veux dire, depuis que j'ai 7 ans, dans une certaine mesure, quand je descendais dans ce sous-sol et que j'éteignais la lumière et que je me coupais du monde extérieur... quelque part j'ai perdu ça... parce que quelque part, en devenant quelqu'un d'éduqué, quelqu'un de sociable, de ce style, j'ai laissé d'autres personnes contrôler ce que je voulais et ce que je voulais faire. Et j'ai vraiment... je les ai laissé faire. C'était une... mon Dieu c'était une, ouais, bon, OK.

T46: Tout ça a beaucoup de sens pour moi, et je veux être m'assurer que je vous comprend bien. Dans ce sous-sol, l'enfant de 7 ans avec les lumières éteintes... vous étiez vraiment en train de vous retrouver en vous-même, et j'imagine, de vous faire confiance. (C : Hm, hmm) Et ensuite la vie a été, vous a dit, "Non, non, ne fais pas ça. On a des standards élevés pour toi. Vis une vie à la hauteur de nos attentes. Tu dois nous représenter. Tu dois être juste comme il faut. Et tout ça." Et maintenant, peu à peu, vous récupérez ce que vous ressentiez quand vous aviez 7 ans.

C47 : Je pense que vous dites vrai. Parce que même si le fait que, vous savez, la responsabilité, vous savez, c'était comme si quelque chose à l'intérieur de moi pouvait toucher quelque chose qui n'avait pas été vu... quand j'avais sept ans. (T : Hm, hmm. Hm, hmm) Et je ne peux pas me souvenir de ce que ce livre disait, ce que Jung a écrit. (T : Hm, hmm) Mais il a eu un effet extraordinaire sur moi, sur cet enfant de sept ans, vous voyez (T : Hm, hmm). Vous savez, j'ai commencé à écrire de la poésie. Mon premier poème. Mais je pense qu'en fait, je l'ai perdu. En fait, je l'ai perdu. En fait, je l'ai perdu. Comme si je l'avais encore, mais toutes ces saletés à propos de moi...

T47 : C'était bien enterré ?

C48 : Ouais. Ouais. Et ensuite les autres gens me donnaient une direction à suivre en disant, enfin, vous savez, “Tu es vraiment quelqu’un de bien si tu fais ça, comme ç*à* ou comme ç*à*.”

T48 : “Vous donnez une bonne image des Noirs.”

C49 : Oh, ouais. “Tu es extraordinaire. Tu donnes une bonne image des Noirs.” Vous savez, je ne sais pas. Peut-être que de leur part c’était une très bonne intention, ou quoi, mais ce n’est pas ce que ç*a* m’a fait. Ce n’est pas ce que ç*a* m’a fait, vous savez, parce que d’un côté, en acceptant ce genre de compliment, et en recevant le... crédit qu’ils donnent avec ce genre de système, d’une certaine façon j’ai abandonné quelque chose que je savais déjà quand j’avais 7 ans.

T49 : Et ce quelque chose, tel que je le comprends, c’est que vous avez abandonné une part de vous-même.

C50 : Ouais. J’ai... c’est ç*a*, on dirait. Ouais, c’est ce que j’ai fait. C’est ce que j’ai fait.

*[Commentaire de Rogers 17 : ç*a* le touche vraiment. Il laisse l’idée s’ancrer en lui. Il fait l’expérience de sa perte du self. C’est le cœur même de la thérapie. Quand je peux fournir un environnement dans lequel le client peut faire l’expérience de ses sentiments enterrés plutôt que de les décrire ou de se les faire dire par d’autres, ç*a* a un effet bien plus puissant et durable.]*

C51 : Vous savez, peut-être que je me serais mieux porté si j’avais juste continué à aller de l’avant et à vivre ma vie plutôt que de vivre la vie des autres. Mais j’ai renoncé à être heureux moi-même. Vous savez, je n’espérais pas, j’imagine que je n’espérais pas être heureux moi-même, ou peut-être mériter vraiment d’être heureux, ou quelque chose comme ç*a*.

T51 : On dirait que vous vouliez tellement aider les autres, que euh, vous aider vous-même n’avait pas du tout sa place dans vos projets.

C52 : Pas du tout. Pas du tout. Il y avait suffisamment à faire sans s’inquiéter de mes petits problèmes et de ce genre de trucs à ce moment-là (T : Hm, hmm), c’est ce que je me disais à l’époque, vous savez. Oh, ouais. J’ai beaucoup de chose qui m’arrivent à l’esprit pendant qu’on parle, mais il y a certaines choses qui ont à voir avec tout ce que je suis en train de comprendre en ce qui me concerne, alors que j’avais sept ans ; et ce sont vraiment des moments importants pour moi, vous savez. Ce furent des moments importants, quand j’étais tout seul et quand j’étais confiant, et quand je me sentais bien, et je me sentais comme une partie de... des étoiles, de l’Univers. C’est vraiment quelque chose que j’ai ressenti. Vous savez, je me souviens que souvent, je sortais quand j’avais sept, huit ou neuf ans... à trois ou quatre heures du matin, et je plongeais mon regard dans ce ciel magnifique et je voyais ces étoiles (T : Hm, hmm), et je me disais, “Celle-là c’est la mienne, et un jour je vais y être.” Et je me sentais bien. Je me sentais, je ne sais pas... intégré, d’une certaine manière plus intégré... (T : Hm, hmm). Et puis, j’ai continué à faire ç*a*, à remplir des dossiers pour une bourse, ou des trucs comme ç*a*, et je l’ai perdu. Je l’ai vraiment perdu.

T52 : A sept ans, vous faisiez vraiment partie de l’Univers et vous le saviez.

C53 : C’est ce que je pensais. Mais vous savez, un enfant de 7 ans qu’est-ce qu’il en sait, vous savez, je ne sais pas.

[Commentaire de Rogers 18 : C'était une image merveilleuse de la complétude de l'enfant et sa de description par la société. J'essaye, comme dans l'ensemble de la séance, de l'aider à retourner à cette sorte de connexion avec le réel qu'il avait quand il était enfant.]

C54 : Je pense que oui. Oui, je le savais. Je le savais parce que je savais, parce que j'ai toujours été attiré par les étoiles, vous savez. (T: Hm, hmm) C'était pas quelque chose du genre de mes parents que de me réveiller en pleine nuit. Mais je me réveillais, je ne sais pas pourquoi.

T54 : C'était quelque chose que vous vouliez faire. C'était quelque chose que vous deviez voir. Pas parce que quelqu'un d'autre avait dit "Hé, tu devrais t'intéresser aux étoiles ou quelque chose comme ça."

C55 : C'est sûr. C'est sûr. Et j'étais... je pense qu'à l'époque j'étais vraiment aussi bien que je pouvais l'être. Et vous savez, j'imagine, je ne sais pas pourquoi, je ne veux pas tout mettre sur le dos du monde entier, mais on m'a tout simplement appris, conditionné à... à ne plus me fier à tout ça, à... (T : Hm, hmm) vous savez. (T: Hm, hmm) C'est comme ces choses, quand on est jeune, on s'y accroche ou quoi.

T55 : "Mais donc, c'est juste un truc de gamin. C'est juste..."

C56 : C'est ça. C'est ça. Ouais.

T56 : "Ne te fie pas à ces trucs." (C : Hm, hmm) "Ils te disent ce qu'il faut faire." (C : Ouais)

C57 : Ouais, ouais. J'ai vraiment réprimé... j'imagine, mon Dieu !, beaucoup de colère ! Parce que vous savez, quand vous avez dit ça, vous savez, genre... vous savez, là j'ai toutes sortes de mots qui me viennent à l'esprit.

[Commentaire de Rogers 19 : Parler avec la voix de la société quand j'ai dit "Oh c'est juste un truc de gamin, ils te disent ce qu'il faut faire." Il y a quelque chose d'intuitif de ma part, mais cela a libéré sa colère. J'aime suivre mon intuition et j'ai appris à lui faire confiance.]

C58 : Vraiment c'est clair. Tu es une minorité... et dans le sens de minorité dans une minorité dans une minorité. Comme la minorité Osage de ma mère. Elle est métisse indienne, (T : Hm, hmm) sa famille... cette histoire-là. (T : Hm, hmm) Père est un descendant d'esclaves noirs. (T : Hm, hmm) Vous voyez ? Et puis, le fait d'être au centre de l'attention. (T: Hm, hmm) Parce que c'est de ça qu'il s'agissait, vous savez, parce que je savais ce qui pouvait arriver aux autres de la classe, qu'ils soient Blancs ou Noirs ou autre chose. Et puis c'était... vous savez, mais j'ai toujours vraiment compris qu'il fallait que je sois 200% meilleur que n'importe qui d'autre pour réussir. Je me suis presque tué à force de jouer au football parce que je voulais être la superstar, même si je ne sais pas trop ce que ça veut dire. (T : Hm, hmm. Hm, hmm) C'est un truc de fou. Vous savez, c'était cet esprit de compétition, un truc du genre, vous voyez. Car je n'aurais rien eu si je n'avais pas été dans la compétition et si je n'avais pas fait comme d'autres me disaient de faire. (T : Hm, hmm) Enfin, je suppose.

T58 : Donc, ces critères, et ce qu'ils ont fait de vous, ont vraiment été dominants dans votre vie, si j'ai bien compris.

C59: Je pense. Je pense que c'est vraiment ça. Je, je euh mon point de repère est devenu... et j'imagine qu'on m'a bien vendu tout ça. Vous savez, j'ai vraiment marché. Et vraiment ça, je ne me sens vraiment plus concerné maintenant. Et la leucémie, aussi, je pense que je ne me sens plus concerné, vous savez. (T : Hm, hmm) Vous savez je... c'est vraiment ce qui se passe, vous savez.

T59 : Ouais. On peut résumer par, j'ai l'impression que vous dites, "Mince alors, cet enfant de sept ans avait mieux compris les choses que je ne l'ai fait depuis."

C60: Ouais. Ouais. Et peut-être essayer d'y retourner, et maintenant et euh, vous savez, je me demande juste comment, comment cette personne de sept ans s'en serait sortie avec la leucémie et tous ces autres problèmes d'aujourd'hui. (T : Hm, hmm) Ça aurait été intéressant, je pense. J'aurais probablement géré ça beaucoup mieux. (T : Hm, hmm. Hm, hmm) (Pause de 7 secondes) (Rires) Je ressens une sorte de soulagement. Je ne sais pas.

[Commentaire de Rogers 20 : Remarquez comme sa voix a ralenti, elle est devenue plus réfléchie et calme. Il se rapproche de lui-même en révélant une partie de lui-même. Et ça fait du bien.]

C61 : J'ai parlé à beaucoup de gens, vous savez, de euh, de moi. Et quelque chose qui est ressorti, c'est cette autre partie de moi qui est peut-être... je me pose vraiment des questions sur la confiance, là tout de suite. (T : Hm, hmm) Parce que j'ai fait confiance à beaucoup d'autres personnes aussi. (T : Hm, hmm)

T61 : Et donc vous vous demandez : "ouais, mais est-ce que je peux lui faire confiance à lui ?"

C62 : Humm... ben

T62 : Peut-être qu'une partie raisonnable vous donne cette sensation : "Mon Dieu, je lui en ai dit beaucoup. Je lui ai fait confiance. Est-ce que je ne lui ai pas trop fait confiance ?"

C63 : C'est sûr. Bon, je pense qu'il va falloir que j'y réfléchisse en termes de : est-ce que j'ai assez confiance en moi pour vous en parler. (T : Hm, hmm) Vous savez, mais j'ai vraiment, vous savez. J'ai vécu des trucs comme ça. (Rires)

[Commentaire de Rogers 21 : Est-ce qu'il est en sécurité s'il me livre cette part de lui qui est vulnérable ? Les clients ont souvent ce genre de doutes, et je réagis d'une façon qui l'aide à comprendre que je reconnais et que j'accepte ce questionnement.]

C64 : Vous savez... mais j'ai vraiment été, comme plein d'autres gens, comme plein d'autre gens, vous savez, ou quoi. Mais j'ai appris tellement de choses de ça, de toute cette histoire. Et rien qu'à être assis là, et parler avec vous, que vous soyez Carl Rogers ou Jésus-Christ ou qui que ce soit d'autre, vous savez...

T64 : Ou Monsieur Dupont.

C65 : Ou n'importe qui, vous savez, c'est toujours, c'est toujours très difficile pour moi de...

T65 : Ouais. Ouais.

C66 : Et je ne sais pas si je ne me suis pas tout simplement interdit de m'ouvrir, vous savez, et d'être dépendant ou quelque chose de ce genre. Est-ce que c'est des conneries ? Cette histoire de "bonne image de"... Vous savez, ça me met vraiment en colère. Je veux dire, je le garde à l'esprit pendant que je parle, ça continue à me revenir, vous savez. "Une bonne image des Noirs, des Noirs." Je me souviens tellement bien de cette prof, avec ses gros seins, et elle a enfoncé ma tête dedans et elle a dit que je donnais une bonne image de sa communauté. Et vous savez, ça... oh, ça m'a fait bouillir !

T66 : Donc, maintenant que vous allez plus profond dans ce sentiment, c'est plus que ça. Avant, vous vous demandiez si c'était une bonne idée de sa part de faire ça. Maintenant vous le savez, "Mince, je suis vraiment en colère contre elle de m'avoir fait ça !"

C67 : Ouais. Et je suis encore plus en colère quand je revois la scène, régulièrement. Et je ne veux pas que ça arrive à mes enfants. (T : Hm, hmm). Et je n'ai pas vraiment voulu que mes enfants donnent une bonne image des Noirs. Vous savez (T : Hm, hmm) Et ça, maintenant je le sais. Je deviens militant (*Rires*) (*Pause de 6 secondes*) (*Soupir*)

[Commentaire de Rogers 22 : Il trouve ça vraiment dur de faire l'expérience de sa colère. Il en parle uniquement d'une façon plutôt froide. Mais le soupir, c'est un vrai soupir de relâchement. Un signe de détente, de confiance. On est vraiment dans une relation.]

T67 : On arrive bientôt à la fin, et je ne sais pas si vous voulez en dire plus pour aujourd'hui. Et si ce n'est pas le cas, on peut s'arrêter là.

C68 : Eh bien, j'aimerais bien que ce soit possible de vous dire quelque chose.

T68 : D'accord.

C69 : Je vais me sentir bien après. Ça va me permettre de continuer sur ce sentiment positif vis-à-vis de moi et de grandir, de me nourrir ou quelque chose de ce genre. Mais je ne sais pas vraiment trop quoi dire. Mais, vous savez, j'ai vraiment envie de faire ça, pour pouvoir continuer à vivre. (T : Hm, hmm. Hm, hmm) C'est important pour moi, et donc (T : Hm, hmm) euh, mais bon ça ne vient pas. Mais je pense que j'ai vraiment envie de le dire, et que ce soit confortable pour moi de dire : "je suis passé sur le grill, et c'était un mauvais moment, et je suis furieux et je suis en colère, et j'ai besoin de passer par là pour être en colère" (T : OK) Vous voyez ?. (T : Hm, hmm)

T69 : "OK. Je me suis fait avoir par beaucoup de gens, et j'ai des raisons d'être en colère, et je suis en colère, et j'ai besoin de le dire." Je l'entends, cette colère, en vous.

C70 : Ouais. Mais vous avez vu que je ne l'ai pas encore dite. Vraiment pas. Vous savez, je pense que, euh, je pense que c'est une façon d'être civilisé, peut-être.

T70 : Hm, hmm. Vous en parlez d'une façon très civilisée. (C : C'est vrai) Vous êtes à la hauteur de tous les standards.

C71 : Ouais. Je pense qu'ils me donnent juste envie de revenir dans le passé et de distribuer des coups de pieds aux fesses. (*Soupir*) Bon, ça fait assez de militantisme.

T71 : OK? On s'arrête là pour aujourd'hui ?

C72 : Oui, je pense.

T72 : Bon, très bien. A demain.

[Commentaire de Rogers N° 23 : Il a révélé plus de lui-même que ce à quoi il s'attendait. Il est allé de sa présentation à son exploration. D'un discours poli à un discours honnête sur la colère. Je crois que cela a eu lieu parce que j'ai pu suivre ses différents sentiments, que j'ai pu le suivre même quand il semblait éparpillé, quand il avait l'air de parler de plusieurs choses à la fois ; j'ai essayé de rester avec le sentiment principal et d'y répondre. J'ai l'impression qu'on a initié quelque chose. A un niveau plus intellectuel, cette session fournit une preuve radicale de la théorie selon laquelle l'enfant est ouvert à son expérience, et qu'il perçoit que le centre d'évaluation est en lui. Puis la famille, le système éducatif et la culture font rentrer les leçons : "Ne crois pas en ta propre expérience, mais apprends à vivre selon les attentes des autres. Alors tu seras récompensé avec de l'amour." La thérapie est une manière de révéler progressivement ces introjects et peu à peu de récupérer la personne telle qu'elle était dans l'enfance.]