



**Xavier
Haudiquet**

Reconnaître et assumer nos différences

Essai de classification des sensibilités au sein de la mouvance rogérienne

Peut-être vais-je à contre-courant ou que je pêche par excès d'optimisme, mais il me semble que l'Approche Centrée sur la Personne amorce un virage et s'apprête à devenir un courant thérapeutique d'importance en France. Ce qui est sûr en tout cas, c'est que l'ACP a désormais trouvé sa place dans le champ de la psychothérapie et a gagné une vraie reconnaissance, surtout en comparant la situation actuelle avec celle des années 80 et 90, lorsque l'approche rogérienne était encore peu connue et d'une légitimité fragile.

Sur quels éléments je m'appuie ? En vrac, en voici plusieurs qui me viennent à l'esprit :

- La psychanalyse, notamment sous les coups de butoir du comportementalisme, perd de sa superbe.
- Le terme « humaniste » – caractéristique de l'ACP – est devenu très à la mode depuis quelques années et il y a désormais toutes sortes d'écoles de thérapie qui ajoutent le qualificatif « humaniste » à leur méthode (PNL humaniste, psycho-organique humaniste, hypnose humaniste, etc.).
- Irvin Yalom est devenu un auteur à succès, y compris dans le grand public, et a fortement contribué à la diffusion des idées de Rogers.
- A l'université, les étudiants en psychologie sont de plus en plus intéressés par les notions véhiculées par la psychologie humaniste-existentielle (expérience personnelle à Paris VIII).
- La recherche scientifique, après avoir occupé le terrain de l'investigation au profit des thérapies comportementales, se penche à nouveau, depuis les années 2000, sur la psychothérapie humaniste, avec de nombreuses publications à ce sujet dans les pays anglo-saxons.¹
- Les éditeurs français, qui se désintéressaient totalement de l'ACP dans les années 90, rééditent de nombreux ouvrages de Rogers, y compris sur la théorie.²

- Des auteurs français ont récemment publié sur Rogers et des livres en anglais ont été traduits.³
- La Communication Non Violente (CNV), créée par Marshall B. Rosenberg, un étudiant de Rogers, et qui utilise de nombreux concepts rogériens, fait beaucoup d'émules.
- Depuis quelques années, j'observe que nos collègues gestaltistes s'intéressent à l'ACP, et certains auteurs n'hésitent pas à citer Rogers et ils essaient d'intégrer dans le corpus théorique de la Gestalt-thérapie des notions comme l'empathie ou la considération positive.
- Quelques instituts de formation à l'ACP ont vu le jour récemment en France.
- Le Collège des organismes de formation de l'AFP-ACP a repris ses activités en 2019 après de nombreuses années d'interruption.

Et j'oublie sans doute d'autres indices...

Par conséquent, une question se pose : que faire face à ce mouvement ? Comment l'accompagner ? Et pour être plus précis : acceptons-nous d'évoluer et de nous adapter au monde d'aujourd'hui ou choisissons-nous de rester fidèles, mais de manière figée, à certaines représentations de l'ACP véhiculées dans les années 80 ? En d'autres termes: Est-ce que le monde de l'ACP est assez sûr de lui, fort et confiant, pour accepter en son sein les différentes couleurs qui teintent notre vaste mouvement ? Lorsqu'il s'agissait de protéger la spécificité de l'Approche Centrée sur la Personne, une vision doctrinaire était sans doute nécessaire afin d'éviter l'intégratisme (sic) et de prévenir les amalgames ; mais cette orthodoxie a-t-elle encore une raison d'être ?

Dans le fond, il est probable qu'avec l'accroissement du nombre des thérapeutes formés à l'ACP et la diversité des écoles, il apparaisse une palette de plus en plus large des représentations de l'ACP. Nous sommes donc face à un dilemme : exclure au nom d'une supposée doctrine ou inclure les différences en fondant un socle commun inclusif. C'est cette dernière voie que nous pourrions explorer ensemble, d'une part pour définir ce socle, et d'autre part pour reconnaître notre diversité. Car, au sein de la grande famille de l'ACP, coexistent des « tribus », pour reprendre le terme utilisé par nos amis anglo-saxons.⁴ Et peut-être est-ce le moment de reconnaître que notre mouvement n'est pas un bloc homogène, mais qu'il existe en son sein des sous-courants répondant à différentes sensibilités. La reconnaissance de ce fait (« les faits sont nos amis », disait Rogers) permettrait, j'ose l'espérer, un dialogue fructueux entre nos divergences, et pourrait aussi stimuler la réflexion théorique sur l'ACP.⁵

Pour essayer d'y voir plus clair, voici une tentative d'organisation des courants identifiables au sein de la mouvance de l'ACP. Cette classification ne se fonde pas sur le profil des clients (âge, sexe...) ni sur les pathologies. Elle ne repose pas non plus sur le contexte thérapeutique, comme le font les anglo-saxons (thérapie par le jeu, relation d'aide, pré-thérapie, thérapie centrée sur les émotions...).⁶

La classification que je propose se base sur le thérapeute, son histoire, ses valeurs, sa sensibilité, son intentionnalité, sur là où il porte son regard dans la situation thérapeutique. Dans le fond, cette classification cherche à distinguer les différences de style des thérapeutes centrés sur la personne, dans le sens de Buffon : « le style, c'est l'homme même ». Nous pourrions alors parler de la partie artistique du thérapeute, de la même manière que deux musiciens jouent différemment une même partition. C'est la même mélodie, mais les nuances varient selon l'interprète. En ce qui nous concerne, notre partition commune s'intitule « être centré sur la personne », et j'observe au moins six manières de se l'approprier et de la jouer.

- 1. Approche centrée sur la personne « traditionnelle »** : attachement à la non directivité, respect des conditions nécessaires et suffisantes, primat de la compréhension empathique.
- 2. Approche centrée sur la personne « dialogique et relationnelle »** : accent mis sur la relation, insistance sur l'authenticité, expression de la congruence, dévoilement de soi.
- 3. Approche centrée sur la personne « expérientielle »** : prise en compte des manifestations non verbales et des sensations corporelles, focus sur les émotions (Greenberg), pleine conscience, Focusing.
- 4. Approche centrée sur la personne à travers le « contact »** : contact avec la réalité, avec soi, avec autrui, pré-thérapie, influences de la Gestalt-thérapie et du Focusing.
- 5. Approche centrée sur la personne à travers « l'art-thérapie »** : l'expression créative comme porte d'accès à l'intériorité.
- 6. Approche centrée sur la personne à dominante « transpersonnelle »** : accent mis sur les aspects spirituels implicites de l'ACP, influence des philosophies orientales dans la posture du thérapeute, référence à la qualité de présence (telle qu'évoquée par Rogers dans ses derniers écrits).

Il est possible que cette organisation des courants de l'ACP fasse l'objet d'un débat, et il serait intéressant que l'on puisse en discuter grâce à notre *Trait d'Union*. Nous pourrions aussi chercher à définir plus précisément chacun de ces sous-courants, en étant cependant conscients que si l'on est trop précis, il devient difficile de s'identifier à tel ou tel courant, car la réalité d'une pratique est toujours bien plus complexe que ce que l'on peut décrire sur le papier. Il est peut-être plus sage de maintenir un certain flou⁷, d'autant plus que ces groupes n'ont pas nécessairement de frontières étanches, et qu'il est possible que certains thérapeutes passent d'une catégorie à l'autre au cours de leur carrière.

Au-delà de cette classification, l'essentiel de mon propos est ailleurs. Je crois qu'il est important que l'ACP prenne conscience que nous avons un rôle à jouer dans le monde de la psychothérapie d'aujourd'hui, et que c'est peut-être le moment que nous abandonnions notre timidité et que nous assumions, comme gage de notre maturité, la diversité des postures au sein de notre mouvement. Le fait de reconnaître nos différences nous permettrait de prendre notre place sans avoir peur d'exposer nos différences internes car conscients de notre ADN commun et de notre originalité. La construction d'un socle commun à la Psychothérapie centrée sur le client, au-delà des diverses sensibilités, est notre première tâche.

Xavier Haudiquet

xavier.haudiquet@gmail.com

1. Voir *The Handbook of Person-centred Psychotherapy & Counselling* (2013) sous la direction de M. Cooper, M. O'Hara, P. Schmid, A. Bohart. Et encore plus récent : *The Person-Centred Counselling and Psychotherapy Handbook* (2016) sous la direction de C. Lago et D. Charura.
2. Voir par exemple l'improbable réédition en 2009 du volume 2 du Kinget et Rogers sous le titre : *Psychothérapie et relations humaines, théorie de la thérapie centrée sur la personne* (ESF).
3. Odier, Ehnuel, Mearns et Thorne, anthologie de textes de Rogers par Henderson et Kirschenbaum.
4. Il semble que l'on doit l'une des premières utilisations de ce terme « tribe » (tribu) à Margaret Warner in : 'One Nation, Many Tribes', *The Person-Centered Journal*, 2000, 7 (11), pp. 28-39. Publié en français dans *Mouvance Rogérienne*, Nouvelle Série, n° 9, novembre 2004.
5. Il est parfois reproché à l'ACP française d'être plus expérientielle que théorique. La reconnaissance des tribus pourrait-elle être un moteur pour la réflexion sur le corpus philosophico-théorique ?
6. En effet, ce n'est pas le contexte qui *fait* le thérapeute ou induit des différences de style. La manière d'être du thérapeute ne change pas fondamentalement selon le type de client.
7. Par définition, une classification est toujours réductrice et ne rend pas compte de la complexité de la réalité. La carte n'est pas le territoire, mais elle bien utile pour tracer sa route.