

FOI ET RAISON EN PSYCHOTHIÉRAPIE

par Max Pagès

A ANDRE DE PERETTI

Je voudrais répondre à l'invitation de "Mouvance rogérienne" dire ce que je crois être l'apport essentiel de Carl Rogers, pour aujourd'hui et pour demain, sans pour autant verser dans l'hagiographie, qui a cours dans les notices nécrologiques, fussent-elles différées. Il ne s'agit pas d'ouvrir en douce le procès en béatification de Rogers, ni de lui adresser un culte, à lui ou à qui que ce soit d'autre. C'est donc en serrant au plus près ce que je pense des apports de Rogers, et de leurs limites, que je peux espérer répondre honnêtement à la proposition qui nous est faite,

Si j'interroge mon expérience, depuis le début des années 50, époque où je prenais contact avec enthousiasme avec l'oeuvre et l'homme, et le choisissais comme Maître, je constate l'étonnante persistance en moi de l'influence rogérienne, pendant près de cinquante années à travers une expérience professionnelle variée, la fréquentation assidue d'autres disciplines, de la psychanalyse, des "nouvelles thérapies", de l'éthologie, de la sociologie, une évolution importante de mes hypothèses et techniques de travail. Depuis longtemps on ne retrouve plus guère la trace de Rogers dans mes écrits. Je ne parle plus de "growth", d'empathie, d'acceptation inconditionnelle, de reformulation, à peine de congruence. J'ai fait la majeure partie de mon miel théorique et technique ailleurs que dans la ruche rogérienne, en butinant dans celles que j'ai mentionnées. Et pourtant je reste, je crois, profondément rogérien, en dépit de la distance que j'ai prise avec Carl Rogers, de différences et de désaccords avec lui. Quelle est cette part résistante en moi de l'enseignement de Rogers, ce noyau dur, et que je crois apte à durer, qui a survécu à l'érosion du temps, à l'assaut des doctrines concurrentes? Quelles sont les parts plus discutables, qui se sont dissoutes, et que je ne défendrai pas?

Deux aspects de la pensée de Rogers m'ont d'emblée attiré, l'un est de l'ordre de la dialectique l'autre de l'ordre de la foi. Expliquons-nous :

- J'étais dès le début sensible à la forte contradiction que Rogers met en oeuvre entre un pôle affectif et un pôle rationnel. D'un côté l'engagement du psychothérapeute en première personne dans la relation thérapeutique, la responsabilité de ses sentiments envers le client, sa congruence, sont affirmés comme "Conditions nécessaires et suffisantes" du processus thérapeutique. C'est une sorte de phénoménologie en acte, à laquelle nous invite Rogers, qui va plus loin dans cette direction, ou en tout cas plus clairement, que l'analyse du contre-transfert des psychanalystes.

Mais Rogers est aussi, d'un autre côté un homme de science, formé aux disciplines de la psychologie scientifique, animé d'une exigence de formulation, d'opérationnalisation, et de vérification rigoureuses de ses hypothèses sur le processus thérapeutique¹. La tension entre ces deux pôles contradictoires est au coeur de l'oeuvre de Rogers. D'un côté approfondir l'engagement dans la relation subjective et intersubjective avec le client, de l'autre faire pénétrer

¹ C.R., 1959, Conditions nécessaires et suffisantes d'un changement de personnalité en psychothérapie, Hommes et Techniques, n°69, pp.150~157 Rogers, C.R., 1959, A Theory of Therapy, Personality, and interpersonal Relationships as developed in the client-centered framework, in Koch, S. (ed.), Psychology: A Study of a Science, III, New-York, Mc-Graw Hill

l'éclairage rationnel et objectif dans l'intimité même du processus relationnel. Rogers tente de réconcilier le rationalisme scientifique et l'engagement phénoménologique. C'est ce défi et cette audace qui m'ont dès le début attiré chez Rogers, qui répondaient sans doute à une double exigence comparable en moi. Je déplore d'ailleurs qu'au fil du temps on ait surtout retenu, en France notamment, l'éthique et la pratique rogoriennes, le premier aspect au détriment du second, et non leurs liens, qui sont essentiels, et d'ailleurs à mes yeux insuffisamment développés par Rogers, j'y viendrai. C'est ainsi que Rogers, l'admirable recherche faite par l'équipe de Rogers sur le processus thérapeutique, n'a jamais été publiée en français.²

Allons plus loin. Il m'a fallu un certain temps pour découvrir que mon adhésion à Rogers était de l'ordre de la foi. Il m'en a fallu plus encore pour confirmer et préciser cette intuition, dans le doute et le tremblement. Sans doute la dialectique rogorienne entre science et engagement affectif ! La façon dont Rogers habillait sa foi des couleurs de la science la rendait-elle acceptable pour le rationaliste et l'athée convaincu que je suis. Mais du même coup elle avançait en quelque sorte masquée, et des contradictions redoutables entre foi et raison s'en trouvaient-elles désamorçées. Il n'est pas impossible qu'il en ait été de même pour Rogers.

Rogers a toujours insisté dans son oeuvre pour redonner droit de cité aux tendances et aux sentiments positifs : la tendance à la maturation et à l'épanouissement, la fameuse "growth", l'empathie, l'intérêt pour les autres, l'altruisme, et l'amour de soi. Dans un très beau passage, il parle du "liking oneself", de "se plaire à soi-même", du "plaisir tranquille à être soi (a quiet pleasure in being one's self)", qui se révèle souvent à la fin d'un parcours thérapeutique³.

Mieux encore, Rogers accorde à ces aspects une sorte de prééminence ontologique. Ce sont, selon lui, les aspects les plus cachés, les plus difficiles à mettre au jour, ceux contre lesquels on se défend le plus. Rogers a toujours refusé la réduction qu'il attribue à la psychanalyse, dans une interprétation de celle-ci quelque peu biaisée mais ceci est une autre affaire, des tendances les plus profondes de la psyché à la sexualité, en particulier à une sexualité possessive ou perverse, et à l'agressivité.

J'avais tenté autrefois, dans "la Vie affective des groupes", de donner un fondement théorique à cette intuition en m'appuyant sur la phénoménologie heideggerienne⁴. Je postulais une expérience psychique originaire, qui unirait dialectiquement l'angoisse de séparation et l'amour authentique. Je montrais le lien nécessaire entre l'affirmation de la subjectivité et l'ouverture à l'autre, dans l'expérience fondatrice de l'angoisse de la solitude et de la mort. Dans cette perspective, les positions de l'amour possessif et de l'hostilité gravitent comme des constellations défensives autour de l'expérience originaire. Celle-ci est conçue comme le socle irréductible, transhistorique, de l'expérience humaine, modulée de diverses façons au cours des étapes du développement humain, des situations, des conjonctures organisationnelles et sociales.

Plus tard, dans des réflexions récentes sur le deuil comme expérience humaine fondamentale, je suggérais qu'à travers et au-delà du travail de deuil, théâtre de la culpabilité et de la violence, dans l'expérience du deuil l'objet aimé-perdu s'intériorise, s'incorpore au sujet, et

² Rogers, c.R., Dymond, R.F., ed., 1978, *Psychotherapy and Personality change*, Univ. of Chicago Press, Chicago

³ Rogers, C.R., 1961, *On Becoming a Person, a Therapist's view of psychotherapy*, Boston, Houghton Mifflin, p.87, trad. française, *le développement de la personne*, 1966, Paris, Dunod, p.71

⁴ Pagès, M., 1968, *La Vie affective des groupes essais d'une théorie de la relation humaine*, Paris, Dunod

l'ouvre à une forme d'amour envers l'autre, où l'ambivalence se réduit et s'absorbe. En psychothérapie, on peut ainsi expérimenter l'amour des clients ou des patients par le psychothérapeute, comme une sorte de donnée de base, quasi structurelle, de la relation thérapeutique, indépendante de ses avatars. Cette forme d'amour n'élimine pas l'ambivalence, ni les conflits quotidiens. C'est comme si apparaissait là un amour non-contingent, qui transcende les conflits, une sorte "d'ordre de l'amour", d'un autre ordre que l'ordre de la pulsion, de l'attachement, de la haine, qui ne les nie pas, mais les intègre et les transcende. Dans l'expérience du deuil se révèle un fondamental de la relation et de l'existence, qui survit aux conflits, à la séparation, à la mort elle-même, comme une sorte de reste inanalysable et indestructible⁵.

Lorsqu'un tel discours vient sous ma plume, fort rarement, et j'espère, sobrement, je suis effrayé. Quel vocabulaire pour un rationaliste, hostile au moralisme, aux discours à la mode sur l'éthique, à la vogue des tarots et des horoscopes, de l'hindouisme à bon marché, aux dérives et au pathos magico-religieux dont on nous abreuve, en particulier dans le milieu neo-thérapeutique!

Aussi dois-je préciser que ce que je viens de dire n'implique dans mon esprit, ni exigence morale, ni règles de conduite, ni proclamation, ou exhortation à quoi que ce soit. On peut noter d'ailleurs la discrétion de Rogers, sa pudeur, lorsqu'il décrit le "liking for oneself", choisissant avec sa cliente les mots les plus faibles possibles, évitant le "loving", à la connotation trop possessive.

L'expérience que je décris ne résulte pas d'un acte volontaire, elle se constate, elle se révèle à nous. Elle ne s'institue pas. L'amour n'est pas une institution. En un sens, moins on en parle, mieux çà vaut. Il s'agit seulement de disposer d'un vocabulaire qui nous permette de nommer, de décrire, de reconnaître ces aspects de l'expérience qui se révèlent à nous, qui nous autorise à les éprouver, nous et nos interlocuteurs. Il ne s'agit nullement de les instituer, de les créer, de les opérationnaliser. C'est parce que la psychothérapie est un laboratoire par excellence de l'existence, qui confronte patient et psychothérapeute aux frontières de leur subjectivité, à leurs limites, au sens et au non-sens, face à l'autre et face à la mort, qu'un tel langage y est nécessaire, de même qu'il est nécessaire, plus généralement, pour persévérer dans le "travail d'exister".

Un vocabulaire comme celui que je propose, ou le vocabulaire rogéien, ou celui de la phénoménologie en général, a donc une fonction compréhensive, non-analytique et non-scientifique. On y recourt légitimement pour décrire des aspects fondamentaux de l'existence et de la relation vécue, parce qu'il est sur ce terrain plus adéquat que les vocabulaires analytiques de la science, qu'il s'agisse de psychanalyse, d'analyse émotionnelle, biologique, ou sociologique.

Mais il ne dispense en rien de l'effort analytique, au sens général du terme, et ne peut se substituer à lui. C'est sur ce point que je me sépare de Rogers. Rogers a eu raison de critiquer une certaine défensivité de la pensée. On ne peut qu'être frappé par la stérilité relative des tentatives qui ont cherché à édifier une démarche thérapeutique sur le fondement d'une approche existentielle-phénoménologique. Sans parler de Carl Rogers, pensons à la

⁵ Pages, M., van den Hove, D., 1996, le Travail d'exister. Desclée de Brouwer, pp.126-129 et 293-294

"psychanalyse existentielle" de Jean-Paul Sartre, ou à celle de Ludwig Binswanger. En dépit des riches prémisses philosophiques de ces auteurs, très vite on s'est trouvé en déficit d'analyse, de repères pour jalonner une évolution, de prises sur elle. Le beau discours phénoménologique, si convaincant, tourne à vide, comme s'il décrivait un point d'arrivée, idéal et séduisant, et non le point de départ, ni le chemin qui mène de l'un à l'autre. Les vertus du discours s'épuisent rapidement, et il vire à la tautologie moralisante.

Inversement le discours analytique, comme je l'ai dit ne peut rendre compte adéquatement de la relation vécue. Lorsque des psychanalystes, pour parler d'eux, et non des moindres, essaient de cerner ce qui constitue le cœur de la relation analytique, ce sont les mots d'ouverture, de présence, de liberté, qui viennent sous leur plume, des mots étrangers au vocabulaire conceptuel de la psychanalyse, et que les phénoménologues ont bien davantage élaborés qu'eux⁶. La théorie psychanalytique n'épuise pas la psychanalyse en acte, et est partiellement impuissante à en rendre compte. Ainsi, bien qu'on ne puisse pas à mon avis se passer des concepts psychanalytiques de transfert et de contre-transfert pour comprendre ce qui se joue entre le psychothérapeute et son client, ce qui se répète de leur histoire dans la relation thérapeutique, ces concepts sont insuffisants pour décrire à eux seuls ce qui leur permet de sortir de la répétition, d'accéder à une transparence du transfert et à une certaine liberté par rapport à lui.

Cette fracture entre les deux démarches analytique et compréhensive doit-elle être attribuée aux imperfections doctrinales de l'un et l'autre courants ? Peut-on donc espérer qu'elle soit un jour comblée ? Ou bien, comme j'incline à le penser, est-elle d'ordre structural ? S'agit-il de deux plans de la réalité qui appellent des démarches radicalement distinctes ? L'une, la démarche analytique, située en extériorité, s'intéresse aux aspects répétitifs, morts, de la conduite, à l'inerte au sein du vivant. L'autre, la démarche compréhensive, se situe à l'intérieur même du vivant. La démarche analytique "fixe" l'objet, comme la préparation sur la lamelle du microscope, ainsi l'immobilise et le rend inerte; tandis que la démarche compréhensive flous met en rapport avec lui, aux niveaux sensible, affectif, intellectuel, et nous fait participer à son devenir. L'une est du domaine de la preuve, du rassemblement des indices et de la construction patiente des explications, l'autre relève de l'épreuve, dans laquelle subjectivité et altérité surgissent ensemble, éclairant la répétition pulsionnelle et la transmuant en acte de communication.

Le surgissement de la subjectivité s'opère au moment où un sujet se saisit d'une part de son être biologique, social, psychique, et la reconnaît comme sienne. Il effectue ainsi un partage entre être et non être, ainsi qu'entre soi-même et l'autre, donnant du même coup naissance à l'altérité et appelant la réponse d'un autrui. Il accède ainsi à la liberté, à la création, et au dialogue. Mais cette liberté n'est, ni abstraite, ni désincarnée. Elle plonge ses racines dans l'opacité des choses, où elle puise sa matière et ses ressources, dans un combat toujours inachevé, sans cesse à refaire et à parfaire. Elle est le cri de notre histoire, de nos désirs et de nos peurs, de notre souffrance et de notre espoir. Privée de ses racines, elle se dessèche et meurt.

La contradiction entre foi et raison est ici à son comble, même si on écarte, comme je le fais, la question de Dieu et de toute religion révélée. C'est la contradiction entre une démarche qui donne accès à ce qu'on peut appeler la transcendance de l'amour, et l'approche scientifique. La première ouvre sur une réalité affective, qui, même si elle est intelligible, ne peut être

⁶ Leclaire, S., et coll., Pour une instance ordinaire des psychanalystes

réduite aux étapes de sa genèse, à des éléments constitutifs. C'est une démarche immédiate, qui procède de la révélation et de la reconnaissance, non de l'observation analytique et de la reconstruction d'un ensemble telles que les opère la science.

Aucune des deux démarches n'a juridiction sur le domaine de l'autre. La foi ne vaut preuve de rien. Elle est privée de légitimité scientifique, pratique, et éthique. La science, elle, ne dispense pas de l'épreuve de l'éprouver. Tout mélange indu entre ces deux ordres apparaît dès lors comme un affadissement de leur nécessaire et fertile contradiction, une façon d'en émousser l'un et l'autre pôle.

Pourtant l'une et l'autre démarches sont nécessaires. Aucune d'elles ne peut se substituer à l'autre. Car, disons-le en raccourci en ce qui concerne la psychothérapie, son but est le passage de l'inerte au vivant, de la répétition à la création. Ce passage doit s'effectuer au premier chef chez le psychothérapeute lui-même. Il suppose que les deux aspects soient présents en lui, et communiquent entre eux. En ce qui concerne le rapport avec le patient, c'est ce que les psychanalystes appellent imparfaitement le travail sur le contre-transfert, ou sa gestion, et qu'il vaudrait mieux appeler la mutation du contre-transfert, sa transparence et la transformation d'un acte répétitif en une émotion et une relation vivantes.

Il nous faut donc apprendre à conjuguer ces deux démarches contraires et complémentaires, à les situer en opposition dialectique et créative, et non les laisser se neutraliser, et appauvrir ou stériliser d'autant le processus thérapeutique.

C'est d'abord en nous même, psychothérapeutes, que cette connexion doit s'établir. Elle met en contact et en résonance notre rationalité la plus exigeante, notre culture scientifique, d'une part, et notre sensibilité et notre affectivité les plus subjectives, les plus spontanées, d'autre part. Les outils théoriques et techniques des disciplines analytiques ne sont pas les ennemis de notre sensibilité. Ils éclairent le chemin, nous débarrassent des préperceptions stéréotypées, dissolvent les idéalizations et diabolizations, les introjections et projections, les amalgames divers qui nous mélangent à l'autre, et entravent la relation et la liberté de chacun. Ces repères, loin d'inhiber notre sensibilité et notre spontanéité, les libèrent justement et les épurent. Ils permettent de percevoir d'abord, d'accueillir et de répondre ensuite, de façon plus juste et plus personnelle, à l'expression du patient, et à nos propres émotions. La sensibilité en retour apporte l'impulsion et l'élan à la réflexion scientifique, dans le cours même de la relation thérapeutique et dans la recherche, et la nourrit de sa moisson d'expérience. En psychothérapie, l'intelligence analytique et "l'écoute sensible" subjective, sont condamnées à la stérilité si elles se séparent, elles ne peuvent vivre et grandir qu'ensemble.

Rendons donc hommage à notre Maître Carl Rogers pour avoir affirmé sans ambiguïté la légitimité d'une perspective existentielle et relationnelle en psychothérapie. Associons à cet hommage d'autres Maîtres, Freud, Reich, Marx, et bien d'autres encore. Ne retenons de leurs querelles, de leur méconnaissance mutuelle, et de celles de leur postérité, que ce qui est susceptible de fortifier notre esprit critique, sans adhérer à des anathèmes, à des interdits et exclusives non-nécessaires.

Continuons d'édifier nos fragiles passerelles entre ces diverses traditions, et d'abord entre ce qui en nous-mêmes leur répond, au-dessus des gouffres qu'ouvrent en nous les épreuves de la vie, et celles de la psychothérapie, qui les rappelle et les résume.