

Éditorial

La psychothérapie et la relation d'aide offrent des espaces privilégiés à la découverte du fonctionnement du psychisme humain. Cette exploration est d'autant plus porteuse de résultats que les personnes qui consultent sont souvent désireuses de trouver des réponses, par suite d'une nécessité de vie ou d'une exigence intérieure. Elles sont à la recherche de ce qui leur échappe et qui, par conséquent, les limite. Dans ce vaste champ de l'exploration et de la compréhension de soi, la thérapie centrée sur le client et l'Approche centrée sur la personne occupent une position particulière, dont les conséquences sont encore loin d'être toutes mises à jour. «Tout cela découle également du fait que, au fil de l'histoire de l'approche, la théorie s'est établie et s'est modifiée à la lumière de la pratique» (p. 27). Les constats faits dans le cadre de cette pratique proviennent ainsi de l'observation et ne sont pas le fruit d'idées construites sur les personnes.

De manière surprenante, cependant, l'image du fonctionnement psychologique de l'être humain et de son potentiel qui se dégage de cette pratique ne correspond pas aux conceptions communément répandues aujourd'hui, chez les professionnels de la relation d'aide comme dans le grand public. Il est dès lors important de faire entendre cette voix différente, de présenter ces découvertes tirées de la pratique et d'en montrer l'importance. Si cela était suffisamment fait et entendu, c'est toute notre conception de l'accompagnement de l'être humain, de l'enfant à l'adulte en difficulté, qui pourrait s'en trouver modifiée. C'est également la manière de concevoir les pratiques du champ de la relation d'aide qui serait à remettre en cause.

Pour l'instant, le professionnel est considéré comme un expert, en éducation, en psychothérapie ou autre, et la plupart du temps il se voit lui-même en tant que tel. Mais ce faisant il se limite à ce qu'il sait déjà: «Lorsqu'on croit savoir pour l'autre, dans une certaine mesure, on se sent rassuré sur sa propre condition et c'est ce qui nous empêche de le voir tel qu'il est» (p. 21). L'explication prend alors le pas sur l'observation, la distanciation et la défiance à l'égard des capacités de la personne deviennent la règle, privant la relation d'une bonne part de ses richesses, celles qui naissent de la collaboration et de la mise en commun des moyens de chacun. Ce danger guette aussi les praticiens de la démarche centrée sur la personne,

tant il peut paraître étonnant et au préalable peu rassurant de se préoccuper de «la compréhension et [de] l'interprétation personnelle du client de sa propre expérience plutôt que celles du thérapeute» (p. 25).

Il y a pourtant beaucoup à gagner en s'ouvrant aux personnes que nous voulons aider à se construire, en leur donnant leur pleine place dans la relation, en échangeant l'illusion du savoir contre l'espoir de la découverte. Les conséquences sont importantes sur le plan de la relation, de l'attitude du professionnel, de l'effet produit chez le client et enfin du modèle pour «rendre compte de la détresse humaine» (p. 15).

Au niveau du professionnel, force est de constater que les acquis théoriques ne suffisent pas. La relation d'aide est avant tout une relation, même si on l'oublie parfois, et implique de ce fait des compétences à être. La relation d'aide centrée sur la personne «met l'accent sur l'intégration personnelle du thérapeute autant que sur l'intégration de sa personnalité dans le contexte de la relation thérapeutique» (p. 31). Pour parvenir à cette intégration, le professionnel aussi est tenu d'avancer ; il doit tendre vers sa propre actualisation, en acceptant de se confronter à ses zones sensibles, à ses limites pour les dépasser. «Là est le jugement sans doute le plus difficile à éradiquer car cela implique, pour accepter autrui, une acceptation préalable de mes propres parties aliénées et projetées à l'extérieur» (pp. 74-75).

En adoptant un tel positionnement, nous voyons que la formidable aventure humaine qu'est l'exploration du psychisme nous concerne tous, non en tant que «malades potentiels», mais en tant qu'êtres en croissance, ayant le potentiel de mettre à jour nos modes de blocage. «Ces considérations changent les objectifs du psychothérapeute centré sur le client, qui s'attache à la compréhension du monde interne de son client, à la meilleure façon [...] de l'aider à relancer son processus de croissance lorsqu'il est interrompu ou bloqué» (p. 12). Dans cet accompagnement libéré de la mainmise du mental, la cohérence intérieure de chacun apparaît. Et si le chemin vers une meilleure connaissance de ses processus psychiques et une résolution de ses conflits est encore long, la direction générale est cependant tracée: «l'incongruence entre le concept de soi et l'expérience immédiate est la source des distorsions. C'est le seul principe déterminant, cause de toutes les perturbations, signe d'une intégration partielle de la personnalité réelle de la personne» (p. 15).

Jean-Marc Randin