

Travailler dans le monde de la diversité

Je et Tu,
ou les défis posés au counselling
par un Tu (en apparence) différent

Colin Lago

Discours d'ouverture de
la Conférence sur la Diversité,
Université de Leeds Met, 20 avril 2004

Traduction: Sandra Pedevilla et Françoise Ducroux-Biass

Ingénieur à l'origine, Colin Lago fut ensuite éducateur de jeunes à plein temps, à Londres, avant d'être enseignant en Jamaïque. De 1987 à 2003, il a été directeur du service de counselling à l'Université de Sheffield. Membre honoraire de l'Association Britannique pour le Counselling et la Psychothérapie (BACP), il travaille actuellement en libéral comme conseiller, formateur et consultant. Colin a fait sienne la cause transculturelle et est l'auteur ou co-auteur de nombreux articles, vidéos et livres sur le sujet.

De toute évidence, vous êtes nombreux à avoir reconnu l'utilisation libre que je fais du concept de Martin Buber, «Je et Tu», dans le titre de cette conférence.

Buber, philosophe juif hassidique, explore le monde subjectif interpersonnel de la relation entre soi et l'autre, entre Soi et son dieu ou sa croyance. Il nomme cette relation la relation «Je-Tu».

Pour lui, cependant, la plupart des relations interpersonnelles prennent la forme de «Je-Ça», c'est-à-dire qu'elles sont fondées sur l'objectivation de l'autre pour satisfaire ses propres besoins.

Pour illustrer cette objectivation de l'autre, Cornel West dit dans son livre *Race Matters*¹: «Comme tous les Américains, les Afro-Américains sont fortement influencés par les images du confort, de la facilité, du machisme, de la féminité, de la violence et de la stimulation sexuelle qui bombardent les consommateurs. Ces images, dont le but est de séduire, contribuent à la prédominance, parmi toutes les autres, d'une manière de vivre inspirée par l'économie de marché, éliminant ainsi toutes les autres valeurs qui ne sont pas issues de l'économie de marché et que nous ont léguées les générations précédentes, à savoir: aimer, prendre soin, être au service de l'autre.» (p. 17)

«La moralité de l'économie de marché stigmatise l'autre comme un objet de plaisir ou de stimulation corporelle.» (p. 17)

West de poursuivre: «Dans les zones importantes de l'Amérique noire cette anxiété ressemble à une sorte de dépression clinique collective.» (p. 17)

West semble soutenir ici que non seulement les individus entretiennent (avant tout, peut-être) des relations Je-Ça, mais que la société développe avant tout une relation Je-Ça avec les gens, ayant pour résultat ce qu'il appelle une «dépression clinique collective».

Je suis tombé, récemment, sur une page de Carl Rogers qui cite une phrase de Martin Buber concernant la tâche de l'éducation:

«Le bon professeur, suggère Buber, doit être une personne qui existe vraiment et il doit être réellement présent à ses élèves: il éduque par le contact. Le contact est l'élément primordial de l'éducation.»

En transposant cette déclaration au domaine professionnel qui est le nôtre nous pourrions dire:

¹ *Questions de race*

«Le bon conseiller ou thérapeute doit être une personne qui existe vraiment et il doit être réellement présent à ses clients: il travaille par le contact. Le contact est l'élément primordial de la thérapie.»

Supposons que nous soyons deux individus, ici, dans une salle de consultation.

Quel impact mon contact a-t-il sur l'autre et inversement?

Et, plus important encore, ce contact est-il fait de sensibilité, d'ouverture, de respect?

Est-il utile du point de vue thérapeutique?

Nous sommes plus semblables que différents.

Deux généticiens, prix Nobel, Walter Bodmer et Luca Cavalli-Sforza ont constaté que le concept de race est l'objet d'un paradoxe. Pour les non scientifiques, affirment-ils, le concept de race est malheureusement très répandu, alors que pour les biologistes, il est virtuellement invisible.

Quatre-vingt-cinq pour cent des variations génétiques humaines sont constituées des différences qui existent entre une personne et une autre à l'intérieur du même groupe ethnique, de la même tribu ou de la même nation. Huit pour cent se situent entre des groupes ethniques, et seuls sept pour cent subsistent entre les «races». En d'autres termes, nous pouvons dire que la différence génétique entre deux Suédois pris au hasard est à peu près douze fois plus importante que la différence génétique qui existe entre la moyenne des Suédois et la moyenne des Worperis ou des Apaches.

Un généticien de Cambridge, devenu thérapeute depuis, m'expliquait récemment à quel point les différences génétiques entre les hommes et les femmes sont minimales. Génétiquement nous sommes donc plus semblables que nous ne sommes différents.

Dès 1949, dans leur livre intitulé *Personality in Nature, Society and Culture*², les théoriciens Kluckholm et Murray ont, à leur manière, cerné cet aspect des choses en émettant l'hypothèse que chaque personne est en quelque sorte:

- Semblable à toute autre personne
- Semblable à certaines autres personnes
- Semblable à personne d'autre

² *La personnalité dans la nature, la société et la culture*

Dans le processus de la relation Je-Tu, il existe, partiellement, une perception dynamique et intersubjective de chaque personne vis-à-vis de l'autre – chacun cherchant une alliance, une connexion, une acceptation, un accueil inconditionnel, un amour, peut-être, éventuellement un accord avec l'autre.

L'un des aspects important de la relation réside dans la manière dont cette perception et cette recherche mutuelles, cette dynamique relationnelle se déroulent au fur et à mesure qu'elles interagissent avec les autres aspects relationnels que sont, par exemple, les échanges verbaux, les types de toucher et de contacts oculaires, les échanges d'idées. Des attitudes blessantes, des critiques, des jugements a priori, ou l'absence d'approbation, ont un impact puissant sur la perception de la relation à l'autre; ils peuvent également affecter sérieusement l'estime de soi, et conduire au doute de soi.

L'acceptation authentique et la compréhension engendrent le soulagement, la reconnaissance, la confiance et l'amour.

Le jugement et la critique engendrent la méfiance, le ressentiment, la peur et même la haine.

Mère Theresa disait: «Les mots de gentillesse sont faciles à dire, mais leur écho est infini.»

De même que le suggèrent les théories linguistiques de Stephen Pinker et Naom Chomsky – selon lesquelles les êtres humains sont programmés génétiquement pour créer du langage – je crois que nous sommes également génétiquement et socialement programmés pour être en relation.

Cette tendance est reflétée avec justesse dans les proverbes Zoulous – «Je suis parce que nous sommes». Et «Tu es là pour compléter ton frère, non pour être en compétition avec ton frère».

D'autres développements de cette tendance relationnelle se manifestent à travers les valeurs des sociétés collectives qui veulent que l'on soit responsable de sa communauté, non de soi-même.

En poussant cette idée encore plus loin, on trouve, bien sûr, une interrelation entre toutes choses et en toutes choses.

La méta-recherche en counselling et en psychothérapie continue à attirer notre attention sur le fait qu'il y a relativement peu de preuves qui permettent de distinguer l'efficacité de nos nombreuses et différentes théories (plus ou moins efficaces mais à l'efficacité desquelles nous croyons et dont nous discutons avec passion) selon lesquelles nous fonctionnons en tant que thérapeutes. Toutefois, du point de vue du client, elles ont moins d'importance que sa relation avec nous.

Cependant, bien que nous sachions que les variables concernant le client (motivation et degré de détresse) sont le facteur clef du processus thérapeutique, les effets de leur relation avec nous se situent au second rang.

Et pourtant, comme nous le savons, ce processus relationnel est plein de complexité. Regardons les lois qui gouvernent la communication :

1. une communication pure est impossible
2. nous communiquons à tout moment
3. nous ne voyons pas certaines choses qui existent vraiment
4. nous voyons certaines choses qui n'existent pas
5. nos perceptions diffèrent (inévitablement)

Ce que j'entends est-il bien ce que vous dites ?

Ce que vous dites est-il bien ce que je pense que vous dites ?

Ce que je perçois dans ce que vous dites est-il bien ce que vous voulez dire ?

Et encore, ce que vous dites me choque-t-il ou me blesse-t-il ?

Même si je n'ai pas exploré cet aspect dans cette conférence, ce serait gravement sous-estimer le rôle du langage que de dire qu'il n'est pas crucial en thérapie. Or ce rôle est crucial à l'extrême lorsqu'il s'agit d'une relation thérapeutique où sont présentes la différence et la diversité.

Hormis ces défis à la communication toujours présents, sans parler de la communication thérapeutique, l'intentionnalité bienveillante qui sous-tend notre travail et nos théories est porteuse de nobles buts.

Par exemple, du point de vue de l'approche centrée sur la personne, John K. Wood, ami et proche collègue de Carl Rogers, établit la liste ci-après des neuf caractéristiques qui d'après lui sous-tendent l'ACP :

1. la croyance en la tendance directionnelle formative
(de tous les organismes)
2. la volonté d'aider
3. l'intention d'être efficace dans ses objectifs
4. la compassion pour la personne, le respect de son autonomie et de sa dignité
5. la flexibilité de pensée et d'action
6. l'ouverture aux découvertes nouvelles : « position d'apprentissage »
7. la capacité de concentration intense pour saisir, élément après élément, l'apparition linéaire de la réalité, tout en la percevant de manière holistique, dans son ensemble
8. la tolérance face à l'incertitude ou à l'ambiguïté
9. le sens de l'humour, de l'humilité et de la curiosité

Pour John Wood, «tourner le meilleur de moi vers le meilleur de l'autre signifie que nous pouvons faire ensemble plus que chacun de nous n'aurait pu faire individuellement.»

Pourtant, en dépit de ces intentions honorables, lorsque la différence et la diversité sont présentes, le défi posé à la relation d'aide est bourré d'explosif.

Diverses analyses de Pedersen, Ridley, Lago et Thompson indiquent que les théories qui fondent nos formations et nos fonctionnements sont elles-mêmes profondément culturellement biaisées. Charles Ridley, dans son livre *Overcoming Unintentional Racism in Counselling and Therapy*³ dit notamment :

«Usher (1989) a évalué la pertinence culturelle de la Théorie Centrée sur le Client selon les 10 présupposés du biais culturel de Pedersen. Elle a trouvé que six des présupposés qui sous-tendent cette théorie sont culturellement biaisés, à savoir : l'importance de l'individualisme et de l'indépendance ; l'orientation dans le temps par l'ici et maintenant ; l'attention minimale portée aux influences externes ; les constructions abstraites qui n'ont pas de sens ou qui offensent les clients issus de groupes minoritaires ; l'étroitesse du fondement théorique. La critique d'Usher de la théorie rogérianne est un excellent modèle pour l'examen du biais culturel dans d'autres théories. Cette critique est particulièrement importante étant donné la position unique et forte de Rogers. Si l'on peut trouver un biais culturel dans sa théorie, on peut certainement questionner la pertinence d'autres théories par rapport aux minorités.»

La relation thérapeutique dans laquelle sont impliquées diversité et différence intra et interpersonnelles est en quelque sorte résumée par Goffmann lorsqu'il fait allusion aux rencontres de personnes issues de ce que, en 1960, il appelle les «statuts maîtres» de la scène primale de la sociologie. Bien qu'il ne soit pas question de race, d'ethnicité ou de culture, je crois que cette formulation peut être étendue à toutes les arènes de la différence entre les peuples auxquels nous nous adressons aujourd'hui.

Dans les années soixante, Erwing Goffmann fit référence aux schémas interactifs complexes de perception entre deux personnes, particulièrement dans des circonstances où l'une est «différente» ou «dissemblable» de

³ *Comment, en counselling et en thérapie, surmonter le racisme non délibéré*

l'autre. Il suggérerait que chacune regarde l'autre en étant consciente des différences perçues; or chaque personne souhaite désespérément que cette prise de conscience passe inaperçue, avec pour résultat que chacune essaye de poursuivre le dialogue en niant simultanément d'avoir pris conscience de l'«apparente» différence de l'autre.

Je cite Goffmann (1963):

«Je vois que vous êtes une personne 'différente' (*parlant en tant que blanc il utilise le terme noir*) et que vous me percevez comme différent (*blanc*). L'autre personne (*noire*) pense: 'Il remarque ma différence (*race*) mais essaie de faire semblant de ne rien remarquer. Or je suis très conscient de cela et j'essaie de faire semblant de ne pas m'en apercevoir'. Alors elle pense: 'Oh, j'espère qu'il ne pense pas que je pense aux différences entre nous'.»

Différence et diversité sembleraient, à première vue, avoir un impact considérable. Elles sont les caractéristiques identifiables et visibles de l'autre en face de vous.

Souvent on entend dire: «Au fur et à mesure que j'apprends à te connaître, je ne remarque plus les caractéristiques qui font que nous sommes différents...» Il semblerait que l'impact de la visibilité des différences diminue au fur et à mesure que la relation subjective, le Je-Tu, commence à prendre de la place, à se développer.

La compassion que nous éprouvons pour l'autre, à travers l'expression de sa douleur et de son mal-être peut tellement nous rapprocher de lui et de son *experiencing*⁴ qu'elle peut engendrer notre profonde inquiétude quant à sa guérison et même éveiller notre désir de le sauver d'une manière ou une autre.

La difficulté, bien sûr, est que les deux éléments continuent à coexister... Ne pas voir ou reconnaître les différences qui étaient si visibles au début et qui commencent à diminuer dans l'*experiencing* que nous en avons au fur et à mesure que l'on s'approche de l'autre, c'est perdre de vue un élément vital de l'autre personne et de son identité.

Maintenir la coexistence de la valorisation et de la perception doit faire partie du travail de thérapeute dans le monde.

L'enseignant taoïste Dshuang-tse résume cela de manière merveilleuse: «Tout peut être un 'ci'; tout peut être un 'ça'. Un homme (une personne) ne peut pas voir les choses comme un autre les voit. On ne peut connaître

⁴Ndt: mot difficile à traduire en français, car il signifie l'expérience intérieure que l'on est en train de faire.

les choses qu'en se connaissant soi-même. Alors on dit, 'ça' vient de 'ci' et 'ci' vient de 'ça' – ce qui signifie que 'ci' et 'ça' s'engendrent l'un l'autre. La vie émerge de la mort et la mort de la vie. On voit ce qui est inopportun grâce à ce qui est opportun. Il y a le vrai parce qu'il y a le faux, et le faux à cause du vrai. C'est ainsi que le sage ne s'embarrasse pas de ces distinctions mais il demande au ciel la lumière. Donc il voit 'ci' mais 'ci' est également 'ça' et 'ça' est également 'ci'. 'Ça' contient des éléments du vrai et du faux, et 'ci' contient des éléments du vrai et du faux. Le sage distingue-t-il encore le vrai du faux? Quand il n'y a plus de séparation entre ci et ça, on appelle cela le point tranquille du Tao. Du point tranquille, dans le centre du cercle, on peut voir l'infini en toutes choses. Le vrai est infini; le faux est infini. Alors on dit: 'AU-DELÀ DU VRAI ET DU FAUX, IL Y A LA LUMIERE'.»

Aujourd'hui nous vivons dans un monde qui est, à l'extrême, plein de diversité et de différence. En effet il s'agit du sine qua non de l'existence humaine sur la terre aujourd'hui. En fait, ayant dit cela, je me rends compte que je redécouvre constamment à travers les livres d'histoire (ce que, d'une certaine manière, j'ai toujours su) que le monde a toujours été plein de diversité et de différence. En ce moment je lis un livre qui montre à l'évidence que les navigateurs chinois avaient fait le tour du monde, découvert les Amériques et étaient allés au Groenland, en Arctique et en Antarctique cent ans avant les navigateurs européens. Ils avaient mis en place des systèmes de commerce élaborés avec l'Inde, la Malaisie, le Vietnam, le Japon, l'Afrique, etc. Ayant déjà été eux-mêmes colonisés par les Mongols pendant deux siècles, ils établissaient des cartes du monde extraordinaires, démontrant ainsi qu'ils avaient résolu le problème de la localisation exacte de la longitude plus de cent ans avant que le génial fabricant de l'horloge en bois (Thomas Harrison) ait pu le faire en Grande-Bretagne.

De la même manière, on attribue à la culture grecque les origines de nombreuses racines européennes dans le domaine de la culture, des enseignements et des connaissances, mais ces origines sont maintenant remises en question par des preuves substantielles de leur existence préalable dans les sociétés d'Afrique du nord.

Les exemples ci-dessus, même s'ils s'appliquent plus particulièrement aux différences de nationalité et de culture, s'adressent également à d'autres domaines de la différence et de la diversité tels que le problème de la capacité et du handicap, les questions homme-femme, l'attitude face aux

difficultés d'apprentissage ou de la maladie mentale. Tous sont de vieilles constantes de la condition humaine depuis l'antiquité.

Avec une histoire aussi riche, nous, êtres humains, nous devrions non seulement être accoutumés à la diversité mais encore capables de relever les défis qu'elle pose. Or il est évident que nous n'en sommes pas capables. Regardons le nombre de personnes qui sont touchées et traumatisées par les événements internationaux dans le monde entier – dont la plupart, bien sûr, sont en quelque sorte en lien avec des perceptions et des expériences de la différence et de la diversité et ou causés par elles :

- Entre 1990 et 1999, 2 milliards de personnes ont été victimes de désastres mondiaux, de conflits ou de guerres
- Chaque année 56 000 personnes furent tuées
- En 1999, ce sont 80 000 personnes qui ont été tuées
- En 1999, il y eut 1 375 000 réfugiés.
- Entre 1990 et 1999, il y eut 452 conflits internationaux
- En 2000, ce sont 4000 personnes qui chaque semaine ont été tuées
- Et 21 millions de personnes furent déplacées.

Dans ce pays, les preuves de la discrimination, de l'oppression et du racisme dans le domaine de la diversité et de la différence sont accablantes. Les journaux en témoignent quotidiennement et les bibliothèques universitaires en regorgent.

(Il est rassurant de noter au passage le nombre de projets de recherche effectués dans ce domaine et publiés dans le journal de recherche de la BACP⁵, ainsi que le nombre important de présentations sur ce thème qui auront lieu au cours de la conférence sur la recherche organisée par la BACP.)

Revenons brièvement aux journaux. Dans un article intitulé «Oublions ce faux débat, nous devons nous confronter au racisme»⁶ publié le 10 avril 2004 par le quotidien *The Guardian*, Herman Ouseley, président de la CRE⁷ de 1993 à 2000, relève l'exemple suivant: «Pendant une période de six mois précédant février 2004, il y eut dans les tabloïdes 1509 articles sur l'immigration et l'asile politique et encore 1254 dans les grands quotidiens. Le

⁵ Association britannique pour le counselling et la psychothérapie

⁶ «Forget this phoney debate, we need to confront racism»

⁷ Ndt: Royal Commission for Racial Equity (Commission royale pour l'équité des races).

Daily Express (avec 335 articles), le *Sun* (avec 332) et le *Daily Mail* (avec 330) devenaient de plus en plus hystériques dans leur course à la première place. La spéculation concernant les probabilités de migration vers la Grande-Bretagne après l'élargissement de l'Europe fut typique de cette bataille: le premier grand titre du 18 janvier suggérait que 100 000 gitans allaient demander à entrer en Grande-Bretagne; le lendemain un autre journal en affichait quatre fois plus, le troisième jour un troisième tabloïde annonçait que '1 500 000 gitans étaient sur la route'».

Ousely ajoute qu'il n'y a pas eu de corrections, de controverses ou de désaveux; aucune demande d'investigation concernant les normes et l'exactitude des évaluations; aucune considération quant aux dommages portés par un tel comportement aux relations interraciales.

Cette brève statistique ne fait que répéter le résultat des recherches effectuées au cours des années 70 et 80 sur le biais des reportages concernant les questions de race, de nationalité, d'ethnicité et d'identité dans les journaux nationaux et locaux.

En tant que guérisseurs et thérapeutes nous avons une tâche vitale car nous sommes d'abord des personnes dans le monde de tous les jours et nos attitudes sont donc affectées par notre exposition quotidienne aux images, aux récits, aux attitudes, aux pratiques, etc.

J'ai commencé cette conférence en disant que sur le plan génétique nous sommes tous très semblables, que les différences sont, somme toute, négligeables. Cependant, l'impact et l'affect de nos cultures d'origine et des cultures dans lesquelles nous vivons actuellement, c'est-à-dire nos familles, nos groupes de pairs, nos tribus, etc., sur notre éducation, nos attitudes, nos comportements, etc., ont des racines profondes.

En 1972, Torrey, en comparant le travail des psychothérapeutes avec celui des guérisseurs traditionnels, a noté l'importance de certains principes généraux tels que:

- Nommer est thérapeutique
- Les qualités personnelles du thérapeute sont importantes
- Les attentes des clients sont primordiales
- Les techniques thérapeutiques doivent être en accord avec la culture et le contexte culturel

Au fond, l'écoute fait partie de nos plus grands outils et techniques. Certains d'entre vous m'auront entendu citer la description attribuée au philosophe taoïste Lao Tsu:

«Il a écouté et une écoute comme la sienne nous enveloppe d'un silence dans lequel nous entendons enfin ce que nous sommes appelés à être.»

Mais en dépit de l'importance profonde de l'écoute, Alex Howard, dans son livre *Philosophy for Counselling and Psychotherapy*⁸ nous rappelle ses dangers et, au pire, sa naïveté :

«La notion selon laquelle un conseiller n'est juste qu'une paire d'oreilles et un cœur chaleureux est une illusion dangereuse qui est beaucoup trop répandue... Notons que nos oreilles font partie de notre cerveau et que nous n'entendons rien avec nos oreilles sauf si nous avons déjà un 'ordinateur' et un 'logiciel' entre elles. Autrement dit et en principe, il est impossible de seulement écouter. L'écoute est une action créatrice qui ne peut avoir lieu sans que nous utilisions les idées, les expériences et les valeurs qui comptent pour nous. De la même manière, nos réactions verbales et non verbales ne peuvent pas être seulement dirigées par le client, elles sont formées de manière cruciale par nos propres constructions, valeurs, priorités, idées et histoire. Cela ne peut qu'être influentiel. Imaginer que je favorise l'épanouissement de l'autre mais que je ne l'influence pas est faire montre d'un degré alarmant d'ignorance et de naïveté en ce qui concerne la nature de l'interaction humaine.» (p. xiii)

Comme dit Shakespeare, «c'est ici que ça frotte».⁹

Dans la relation thérapeutique «Je-Tu», nos réponses à l'autre, en particulier à l'autre différent (mais pas seulement), sont affectées par ce qui est déjà en nous, à savoir nos expériences passées, la manière dont nous avons été élevés, les histoires culturelles que l'on nous a racontées, nos comportements d'enfant, nos croyances, nos perceptions et nos attitudes. Tout cela aura modelé les réponses à nos clients.

En plus, la relation «Je-Tu» comprend dans sa structure la possibilité inhérente de nous définir en relation à l'autre.

Gill Tuckwell, dans son livre sur *l'Identité raciale, conseillers thérapeutes blancs*¹⁰ cite Sarup (1996) qui affirme que «l'identité se construit à travers le langage... c'est toujours dans une représentation que nous nous reconnaissons» (je reviendrai sur cette idée), mais Sarup suggère en outre que l'identité est toujours liée à ce que l'un n'est pas-l'Autre (one is not-the

⁸ *Philosophie du counselling et de la psychothérapie*

⁹ Ndt: dans le texte anglais, sans guillemets *here is the rub*.

¹⁰ *Racial Identity, White Counsellors and Therapists*

Other). Nous devons nous rappeler que l'identité n'est concevable que dans et à travers la différence.

Il y a un paradoxe dans le fait que la relation «Je-Tu» offre la possibilité d'intersubjectivité et de signification partagée, et que dans la relation thérapeutique elle offre aux clients la possibilité d'explorer personnellement leurs problèmes à travers le dialogue. Comme le dit Sarup, c'est toujours dans la représentation que nous nous reconnaissons.

Cependant le paradoxe réside en ce que, tout en favorisant, comme nous l'espérons, le développement d'une relation si importante entre le thérapeute et le client, tous les deux peuvent également arriver à apprécier encore davantage leurs différences et remarquer que leur identité se construit dans et à travers la différence de l'un par rapport à l'autre.

À cet égard je pense que nous devons, nous thérapeutes, non seulement considérer les défis que nous posent la diversité et la différence mais que nous devons également parler ouvertement et longuement de ces questions. Comme le dit Tuckwell: «C'est généralement par le dialogue avec les autres que je peux arriver à plus de clarté concernant mes propres constructions et à me connaître plus pleinement – je sais seulement ce que je pense quand je le dis.»

Donc:

- Nos expériences deviennent réelles quand elles sont organisées en narration.
- Notre interprétation des événements nous aide à créer une histoire et une identité.
- Notre interprétation des événements est passée au filtre de notre propre subjectivité.
- Notre perception de nous-même se forme en relation aux autres et à travers la perception qu'ils ont de nous (un facteur que nous avons évoqué précédemment).
- Notre identité se réforme continuellement à la lumière d'expériences nouvelles.

Revenons maintenant à la société et à l'impact qu'elle peut avoir sur ceux qui ne constituent pas la norme ou en quelque sorte le groupe dominant. Dans une perspective d'analyse transactionnelle et du «concept d'injonctions», Barbara Smith observe que les clients noirs ont pu intérioriser des messages sociétaux racistes tels que «ne pas appartenir», «ne pas réussir», «ne pas être important». Se tournant vers d'autres domaines de

discrimination, elle suggère que s'adressant à des clients gays, des lesbiennes et des bisexuels, les injonctions pourraient être «ne pas appartenir», «ne pas exister», «ne pas être important», «ne pas être soi». Pour les femmes cela pourrait être «ne pas avoir de besoins», «ne pas évoluer», «ne pas penser», et pour les handicapés «ne pas avoir de besoins», «ne pas aller bien», «ne pas avoir de sexualité», «ne pas appartenir» et «ne pas évoluer».

Les injonctions de la société (en termes d'analyse transactionnelle) ou ses conditions de valeur (en termes centrés sur le client) ou ses occasions d'attachement ou de clivage (en termes psychanalytiques) affectent profondément les personnes et les groupes qui sont déjà négativement touchés par elles. Les «ismes» à savoir toutes les doctrines actuelles, y compris le racisme, concernant le handicap, l'âge, ou encore la discrimination contre les femmes, etc. agissent avec force sur ceux qui en sont la cible. En parodiant le truisme du philosophe selon lequel «le monde de la personne heureuse est un monde différent de celui de la personne malheureuse», on peut dire que le monde de la personne victime de discrimination est différent de celui de la personne qui n'est pas victime de discrimination.

Comme l'a dit T.S. Eliot: «les êtres humains ne peuvent affronter trop de réalité à la fois». Si, par ces mots, il voulait dire que nous ne pouvons faire face à trop de peines, à trop d'abus, à trop de rejets, alors c'est certain, nous, parmi tous les groupes professionnels de la société, nous devrions le comprendre. Les problèmes auxquels sont affrontés les clients qui représentent la différence et la diversité et qui, en quelque sorte, appartiennent à des groupes qui ne sont pas jugés dignes de faire partie de la majorité, souffrent non seulement de circonstances qui leur sont propres, mais également des systèmes oppressifs propres à la société. Ils sont ainsi doublement victimisés.

À l'inverse, ceux qui, dans la société, appartiennent au groupe majoritaire, peuvent être parfaitement inconscients des effets négatifs et épuisants de la discrimination systématique. Ils ont l'heur de pouvoir jouir de la sécurité que leur garantit le fait de faire partie de la majorité, de faire l'expérience de ce que Pauline McIntyre appelle des «privileges non acquis» comme allumer la télévision, ouvrir le journal à la première page et y voir plein de gens comme elle. «On ne me demande jamais de parler pour tout mon 'groupe'. Je peux parler en public devant un groupe de gens importants sans mettre ma race au ban des accusés. Je peux désamorcer une situation sans devenir

un modèle pour mon groupe, etc.»

Se confronter aux discriminations, les «ismes», tels que je les ai appelés, peut s'avérer un défi, même pour soi-même.

«Le racisme n'a pas besoin d'une justification objective» affirmait récemment l'auteur d'un article de journal¹¹. «Il ne lui est pas nécessaire d'être sous-tendu par une vérité objective. Dans le monde moderne, il exige plutôt la crainte du changement et l'exploitation de cette crainte par de puissants politiciens ou médias.»

Par ailleurs les «ismes», le racisme y compris, ont la capacité de se réinventer et d'apparaître sous bien des formes, les changements dans le temps ayant pour but de leur permettre de s'adapter et de refléter le climat du moment.

Dave Mearns, théoricien centré sur la personne de renom, a inventé (ou emprunté) l'expression «l'empire se venge» (the empire strikes back) pour décrire le moment où, dans le processus du client, le changement qui commence à sourdre dans la thérapie, est subitement rattrapé par des attitudes et mécanismes de défense anciens. Les «ismes» peuvent aussi travailler de cette manière à l'intérieur d'une société de sorte que, quand paraît le changement, les problèmes résiduellement résistants, tout comme nos attitudes, réapparaissent de manière déguisée.

«Plus la pensée est profonde, plus l'action est juste.» dit une métaphore japonaise.

En tant que thérapeutes nous devons réfléchir profondément. Nous devons faire face aux conséquences des croyances et des comportements complexes et systémiques qui prévalent dans la société et qui perpétuent la discrimination et l'oppression – et oser les changer. Nous devons faire face à ce que Sir William Macpherson, dans son rapport sur le meurtre de Stephen Lawrence, définit comme le racisme institutionnel, à savoir:

«L'échec collectif d'une organisation qui n'a pas mis en place un service professionnel et adéquat sous prétexte de la couleur, de la culture ou de l'origine ethnique des personnes concernées. On peut observer ou détecter cet état de fait dans des processus, des attitudes et des comportements qui atteignent à la discrimination par préjugés inconscients, ignorance, inattention et stéréotypes raciaux portant préjudice aux personnes d'une minorité ethnique.»

¹¹ *Observer*, 29 février 2004, p. 29

Qu'est-ce qui pourrait constituer l'échec collectif dans notre pratique? Comment, dans l'organisation qui vous emploie ou dans votre pratique, réfléchissez-vous sur ces processus et vous efforcez-vous de les changer pour éviter d'être dans l'oppression ou dans la discrimination?

Conclusion

En tant que thérapeutes et en essayant de résumer, que devons-nous faire, sur le plan personnel et professionnel, pour travailler de manière plus sensible, plus thérapeutique et moins oppressive avec des clients divers, différents de nous?

J'ai déjà adressé certaines de ces questions. Parmi elles:

- Se centrer sur la relation «Je-Tu» (et non sur la relation «Je-Ça»);
- Répondre avec sensibilité à la personne du client tout en reconnaissant et respectant les différences;
- Nous sommes plus semblables que nous ne sommes différents et pourtant nous pouvons percevoir que nous sommes complètement différent;
- Analyser nos théories avec rigueur. En quoi aident-elles et en quoi sont-elles des handicaps?
- Analyser avec rigueur nos attitudes et nos a priori vis-à-vis d'autrui. Mettons-les au jour. Parlons-en en thérapie, en supervision, en formation, en réunions d'équipe;
- Bien écouter;
- Explorer et réfléchir sur les manières dont nous pourrions être influencés par des pratiques systémiques, des croyances et des processus sociétaux que nous pourrions ignorer et qui pourraient se reproduire ou se répéter dans notre pratique;
- Observer notre langage et ses effets.

Pour terminer, je dirai avec Ghandi:

«Vous devez devenir le changement que vous souhaitez voir.»