

Empathie et guérison

Une étude théorique de l'empathie,
du processus et du récit de vie personnel

Novembre 1994¹

Margaret S. Warner

Centre de Counselling de Chicago

Institut de Psychologie Professionnelle de l'Illinois

Traduction: Cécile Rousseau

Margaret S. Warner PhD est psychothérapeute centrée sur le client. Elle a exercé au Centre de Counselling de Chicago, établi dans la continuité du centre de l'Université de Chicago qui avait été fondé par Carl Rogers. Docteur en sciences comportementales, diplômée de l'université de Chicago, elle est professeur à l'institut de psychologie professionnelle de l'Illinois. Elle enseigne la psychothérapie centrée sur le client et développe une réflexion théorique majeure. Elle s'est particulièrement intéressée aux applications de la thérapie centrée sur le client avec des personnes souffrant de troubles sévères. Par ailleurs ses recherches sur l'empathie ont permis d'éclairer de façon très fine les processus actifs au cœur de l'échange thérapeutique.

Publié dans Hutterer, R. et al. (sous la dir. de), *Client-Centered and Experiential Psychotherapy: a Paradigm in Motion*, New York, Peter Lang, 1996.

¹ Une version antérieure de cet article a été présentée lors de la III^e Conférence Internationale sur la Thérapie Centrée sur le Client et la Psychothérapie Expérientielle (Gmunden, Autriche, septembre 1994).

La psychologie du soi (*self psychology*) et la thérapie centrée sur le client accordent une grande importance à l'empathie en tant qu'élément central du changement thérapeutique. Cependant, la question de savoir précisément comment l'empathie, en elle-même et d'elle-même, génère un changement positif est restée vague dans les deux traditions. Dans cet article, je vais explorer les raisons de cette ambiguïté et présenter une étude plus précise de la façon dont la compréhension empathique, en elle-même et d'elle-même, est capable de provoquer un changement profond et durable dans la vie des clients².

Définition de l'empathie dans les traditions centrées sur le client et d'orientation psychodynamique

Pour commencer cette exploration, nous devons revenir sur l'histoire complexe de la définition du mot «empathie» en psychologie. Dans son sens courant, l'empathie désigne «une identification intellectuelle avec un ressenti indirect des sentiments, pensées ou attitudes d'une autre personne»³. Métaphoriquement, l'empathie est souvent décrite comme une expérience par laquelle une personne est capable de «se mettre à la place de l'autre» ou de voir une situation «à travers les yeux de l'autre». L'empathie est généralement considérée comme incluant à la fois une prise de position cognitive et une résonance émotionnelle dans une sorte d'interaction des personnes entre elles⁴. Comprendre la vision du monde d'une autre personne permet de ressentir ce que peuvent être des expériences particulières pour cette personne; ressentir avec la personne permet d'apprendre sur

²J'ai utilisé le mot «guérison» dans le titre en référence à l'ouvrage *Analyse et guérison* de Heinz Kohut. Il faut entendre par «guérison» la capacité à provoquer un changement profond et durable; cela ne signifie en aucun cas que les clients sont malades au sens médical du terme.

Ndlr: Heinz Kohut est un psychanalyste américain ayant travaillé à la même époque que Carl Rogers à l'université de Chicago. Dès 1959, il a défini la psychanalyse comme étant l'étude de la complexité de la vie intérieure (mentale). Les deux voies d'accès pour cette étude étaient selon lui l'introspection d'une part et l'empathie d'autre part (vicarious introspection). Durant les années septante Kohut a bousculé l'establishment psychanalytique en affirmant que la simple présence de l'empathie était en soi thérapeutique. Malgré qu'il n'ait jamais collaboré avec Carl Rogers, la formulation de sa théorie et les modalités d'application proposées sont assez proches de l'ACP.

³*The Random House College Dictionary*, 1988, p. 433.

⁴Cf. par exemple, A. Golds et G.Y. Michaels, 1985, pp. 12-61 pour un résumé de ces ouvrages.

sa vision du monde. Cependant, comme le font remarquer beaucoup d'observateurs, la résonance émotionnelle en jeu dans l'empathie n'est pas intense ou indifférenciée au point que la personne se perde dans la distinction entre sa propre expérience et celle de l'autre personne. Jusqu'ici, la plupart des spécialistes sont d'accord sur l'usage du terme.

Cependant, une divergence intéressante émerge dans l'utilisation du mot empathie parmi les psychologues cliniciens. Si l'empathie implique une compréhension profonde du monde intérieur de l'autre, s'agit-il du monde phénoménologique de la personne – le monde comme elle le comprendrait elle-même ? Ou bien s'agit-il d'une interprétation psychologique du monde intérieur de la personne – le monde tel que la personne le verrait si elle était pleinement consciente de son expérience ou de ses motifs tels que les comprennent des observateurs spécialistes ?⁵ C'est une distinction cruciale qui provoque une grande confusion dans les ouvrages, puisque certains auteurs adoptent le premier sens, d'autres le second et que d'autres encore alternent entre les deux sans l'indiquer clairement.

Les écrivains de la tradition psychanalytique considèrent que le premier rôle du thérapeute consiste à dévoiler, à évoquer et à aider les analysants à assimiler le contenu émergent hors de la conscience, et ont donc tendance à employer le second sens du mot empathie. L'empathie est donc un moyen pour l'analyste de prendre conscience du contenu dont le client n'est pas lui-même conscient. Freud a été l'initiateur de cette utilisation de l'empathie lorsqu'il a commenté que la connexion empathique peut permettre aux analystes d'expérimenter en eux-mêmes des associations et des éléments du processus primaire dont les analysants ont bloqué l'accès à leur propre conscience⁶. Cette conscience peut être utilisée pour construire des interprétations et évaluer des stratégies d'analyse. Roy Schafer résume cette position en suggérant que, selon l'accord général des psychanalystes, l'empathie implique de :

- construire un modèle mental de l'analysant.
- être prêt à signaler des affections et des fantasmes partagés en réponse aux associations de l'analysant.
- être préparé à utiliser ces réponses comme des répliques aux aspects et à la signification émotionnels de l'activité de l'analysant dans l'analyse.⁷

⁵ Par exemple, Martin Hoffman (1989) adopte cette position lorsqu'il définit l'empathie comme ressentir ce qui correspond à la situation de quelqu'un d'autre ; c'est-à-dire ce que la personne ressentirait si elle était pleinement consciente de la situation.

⁶ S. Freud, 1912.

⁷ R. Schafer, 1983, p. 36.

Il est évident que le contenu du processus primaire qui émerge à la conscience de l'analyste par cette sorte d'interaction peut, au début, surprendre ou sembler étranger à l'analysant s'il lui est communiqué. Selon cette utilisation du mot empathie, l'analyste n'a pas besoin de supposer que l'interaction était moins «empathique» du fait de ces divergences.

Carl Rogers, d'un autre côté, exprime assez clairement qu'il utilise le mot empathie en référence à l'expérience phénoménologique du client. Il écrit que «l'état d'empathie ou d'être empathique consiste à percevoir le cadre de références interne de l'autre avec précision et avec les composants et significations émotionnels qui s'y rapportent comme si l'on était la personne, mais sans jamais perdre la condition du 'comme si'. Cela signifie donc de ressentir la douleur ou le plaisir de l'autre comme il le ressent et d'en percevoir les causes comme il les perçoit, mais sans jamais perdre la reconnaissance que c'est comme si c'était moi qui éprouvais la douleur ou le plaisir et ainsi de suite»⁸. Cette compréhension du mot est manifeste dans le style de réponse empathique de Rogers, dans lequel il communique sa compréhension de ce qu'a voulu dire le client afin de vérifier si elle correspond avec la propre compréhension du client. Si la compréhension qu'il a exprimée est différente de celle du client, il considère cela comme une rupture empathique de sa part⁹.

Kohut semble utiliser le mot empathie dans ces deux sens à des moments différents sans préciser la distinction. Lorsqu'il communique avec des clients narcissiques dans les premières phases de thérapie, il est clair qu'il essaie de mettre des mots sur la situation de l'analysant de telle sorte que l'analysant se sente compris dans ses propres termes. Délibérément, il ne tente pas d'interpréter ou de communiquer de nouvelles informations, de quelque sorte qu'elles soient, à l'analysant – quelque vraies ou utiles que ces informations puissent être – puisqu'il suppose que ces communications seraient ressenties par le client comme une blessure narcissique faisant renaître le traumatisme¹⁰.

D'un autre côté, Kohut utilise l'empathie comme une «activité de collecte d'informations» qui lui permet de formuler un modèle «proche de l'expérience» de la dynamique intérieure du client¹¹. Il considère ici

⁸ C. R. Rogers, 1959, pp. 210-211.

⁹ M. Basch (1986, p. 25) définit l'empathie de façon similaire lorsqu'il la définit comme « être prêt à éprouver ce que le client éprouve dans les termes du client » (cité dans R. Lee et J.C. Martin, 1991, p. 106).

¹⁰ Cf. par exemple, les descriptions de réponse empathique de Kohut, 1984, pp. 173-184.

¹¹ Heinz Kohut, 1982, pp. 84-85.

l'empathie comme un moyen, basé sur la théorie, de comprendre les besoins *selfobject* dont le client n'est pas conscient en lui-même. Dans ses explications théoriques, il suit donc l'usage analytique traditionnel, en ignorant le fait qu'en fait, sa pratique suit souvent le premier sens du mot.

L'empathie dans les traditions centrées sur la personne et de psychologie du soi

Même si la psychologie du soi (*self psychology*) tout comme la thérapie centrée sur la personne insistent sur la réponse empathique en tant qu'aspect essentiel de leurs pratiques thérapeutiques, ces deux traditions sont restées vagues quant à la question de savoir exactement comment l'empathie, en elle-même et d'elle-même, fonctionne pour créer un changement positif¹².

Certains théoriciens de la thérapie centrée sur le client pensent que, dans la façon qu'a chaque thérapeute de manifester son empathie et dans la façon qu'a chaque client d'éprouver le changement, il existe beaucoup de variations et que toute tentative de généralisation risque donc de limiter un processus émergent spontanément et naturellement¹³. Plusieurs théoriciens de la relation centrée sur le client – Eugene Gendlin, Laura North Rice et David Wexler – ont proposé des modèles de processus optimaux chez le client qui émergent souvent dans des conditions d'empathie¹⁴. Cependant, ces modèles n'ont pas été confrontés les uns aux autres. De plus, chacun de ces théoriciens a recommandé des techniques pour stimuler ces processus optimaux chez le client lorsqu'ils n'émergent pas spontanément. Par conséquent, il est souvent difficile de déterminer de quelle manière et à quel point ils croient en l'empathie, en elle-même et d'elle-même, comme puissant instigateur de ce processus de changement.

Tout en prônant avec éloquence d'utiliser l'empathie avec les clients souffrant de troubles de type narcissique, Heinz Kohut exprime tout de même des doutes sur la capacité de l'empathie, en elle-même et d'elle-même, à provoquer des effets positifs. Dans son chapitre sur l'empathie dans *Analyse et guérison*, il propose de s'appuyer exclusivement sur des réponses empathiques pendant de longues périodes avec les clients narcissiques¹⁵. Cependant, il suggère que la force positive qui permet le

¹²C.R. Rogers, 1957, 1959 ; H. Kohut, 1971, 1977, 1984.

¹³Cf. par exemple, B.T. Brodley, 1990, et J.D. Bozarth, 1984.

¹⁴Cf. par exemple, E.T. Gendlin, 1964, 1968, L.N. Rice, 1974, et D.A. Wexler, 1974.

¹⁵H. Kohut, 1984, p. 177.

changement provient des moments où le thérapeute échoue dans ses tentatives d'empathie, créant ainsi des ruptures empathiques qui aboutissent à une nouvelle structuration¹⁶. Il écrit également que les effets positifs de l'empathie naissent de la «frustration optimale» ressentie par les clients lorsque le thérapeute comprend les besoins infantiles du client mais n'entre pas vraiment en contact avec eux¹⁷. En tant qu'«outil d'observation de valeur neutre», l'empathie du thérapeute lui permet de formuler des hypothèses d'interprétation. Même si elles n'ont pas d'impact en elles-mêmes, ces hypothèses formulées à partir d'informations tirées de l'empathie constituent un cadre pour les interactions personnelles que Kohut considère comme très significatif et très important dans la guérison.

Dans son dernier essai, Kohut écrit que «l'empathie n'a jamais en elle-même de rôle de soutien ou thérapeutique. Elle est cependant une condition préalable nécessaire pour avoir un rôle de soutien ou thérapeutique. En d'autres termes, même si l'empathie d'une mère est juste et fidèle, même si ses intentions sont pleines d'affection, ce n'est pas son empathie qui satisfait les besoins *selfobject* de son enfant. Ce sont ses actions, ses réponses à l'enfant qui les satisfont¹⁸.»

Lorsque Kohut reconnaît les bienfaits directs de l'empathie, c'est avec la plus grande réticence qu'il l'avoue. Dans le même dernier essai, il note qu'il pense que les interactions empathiques ont quelques effets positifs. Il semble considérer cette position comme hautement controversée à l'intérieur du mouvement psychanalytique, puisqu'il exprime sa peur d'avoir suscité «la suspicion d'avoir abandonné la sobriété scientifique pour entrer dans le monde du mysticisme ou du sentimentalisme» en présentant cette opinion¹⁹. Il ne va pas plus loin sur la nature de ce lien positif et sur le rôle qu'il peut jouer dans le changement du client.

Ainsi, bien que l'approche centrée sur la personne tout comme la psychologie du soi aient offert des aperçus substantiels du fonctionnement de l'empathie dans la psychothérapie, je pense que ni l'une ni l'autre de ces traditions n'a offert de compte-rendu complètement articulé de la façon dont l'interaction empathique crée en elle-même et d'elle-même des effets positifs. De plus, les partisans de ces deux traditions restent souvent assez éloignés du travail des uns et des autres. De véritables différences de

¹⁶ H. Kohut, 1984, pp. 66-67.

¹⁷ H. Kohut, 1984, pp. 102-103.

¹⁸ H. Kohut, 1982, p. 85.

¹⁹ H. Kohut, 1982, p. 85.

théorie, de langage et de tradition empêchent souvent les théoriciens de voir en quoi les éléments des deux traditions pourraient être complémentaires de façon significative.

Dans cet article, je vais présenter une vision complète de la façon dont l'interaction empathique a un effet direct sur le changement du client²⁰. En créant ce modèle général, je me suis énormément inspirée du travail de plusieurs théoriciens de l'approche centrée sur le client et de la psychologie du soi. Cependant, comme je combine des éléments tirés de plusieurs systèmes développés séparément, les théoriciens eux-mêmes peuvent être d'accord ou non avec la synthèse particulière que je propose.

Empathie phénoménologique et changement du client

Je pense que l'empathie phénoménologique telle que la décrit Rogers (et telle que la pratique souvent Kohut, entre autres) a un important potentiel de changement à la fois au niveau immédiat de la résolution des problèmes et au niveau à plus long terme du caractère du client. Ce potentiel de changement fonctionne dans les thérapies qui reposent presque exclusivement sur les réponses empathiques ainsi que dans les thérapies qui sont basées sur l'empathie mais supposent dans une certaine mesure d'apporter de la matière (*feedback*) et une interprétation dans le processus de thérapie.

Selon moi, les qualités suivantes sont caractéristiques de cette empathie phénoménologique. (Je présenterai plus loin les raisons qui justifient ces propositions).

1. La communication de l'empathie, en elle-même et d'elle-même, a tendance à favoriser un traitement (*processing*) de l'expérience positif et autodirigé.
2. Même s'il peut varier considérablement entre les individus, ce processus orienté par le client lui-même prend des formes communes qui peuvent être décrites et sont profondément ancrées dans la nature humaine. Une réponse empathique crée une forme particulière de reconnaissance expérientielle qui révèle généralement de nouvelles facettes de l'expérience, permettant ainsi aux clients de reformuler leurs récits de vie.

²⁰Tout au long de cet article, je considère qu'une interaction empathique efficace est également associée aux autres conditions «nécessaires et suffisantes» de Carl Rogers – à savoir, que le thérapeute est authentique et accorde de la considération au client dans ses réponses, et que ces conditions soient perçues à un certain degré par le client. D'autre part, même si je me concentre ici sur le processus thérapeutique, le phénomène que je décris s'applique aussi bien aux interactions empathiques de la vie quotidienne.

3. L'empathie du thérapeute est une fonction *selfobject*²¹ essentielle qui fonctionne comme prélude afin de faire mûrir les facultés d'éprouver et de traiter l'expérience.
4. Les relations empathiques en thérapie ont tendance à réactiver les fonctions *selfobject* contrariées et à remettre en question des décisions antérieures sur la relation que la personne entretient elle-même et que les autres entretiennent avec son expérience.
5. Les clients qui ont subi dès le début un échec empathique risquent d'avoir un style précaire de traitement de l'expérience. Par conséquent, ils ont de la peine à être attentifs à leurs expériences à des niveaux gérables d'intensité, ou à intégrer la perspective des autres sans ressentir que leur propre expérience a été annihilée.

Empathie et expérience de reconnaissance

Une question s'impose alors : comment la communication de l'empathie peut-elle générer un changement alors que, par nature, rien n'est ajouté à l'expérience du client ou de l'analysant dans le processus ? La réponse que je donnerais est implicite dans un grand nombre de théories et de pratiques de l'empathie, mais rarement exprimée clairement. La communication de l'empathie a tendance à faciliter le changement car elle génère chez celui qui la reçoit un sentiment particulier de reconnaissance expérientielle – à la fois le sentiment d'être reconnu dans son expérience dans le moment par un autre être humain et le sentiment de reconnaître sa propre expérience dans le moment. Cette expérience de reconnaissance a de la valeur en elle-même en tant que forme de connexion humaine et elle a également tendance à faire changer la relation de la personne aux aspects implicites, ressentis corporellement, hors de la conscience de son expérience, les ouvrant ainsi à la conscience et au changement²². Je vais examiner tout d'abord la nature de cette expérience de reconnaissance en profondeur puis étudier son impact sur la relation de la personne aux autres et à sa propre expérience.

Le sentiment phénoménologique de reconnaissance auquel je fais ici référence est une expérience humaine simple et presque universelle.

²¹ Par « fonction *selfobject* », j'entends une fonction nécessaire au maintien de la cohérence et de la stabilité de l'expérience d'un individu. Cette fonction est réalisée par deux personnes dans une relation de partenariat avant d'être intériorisée comme une capacité relativement indépendante.

²² Même si je pense que c'est l'effet de changement le plus fort dans la compréhension empathique, il peut exister d'autres moyens pour que l'empathie fonctionne aussi bien. Barbara Brodley note que ceux-ci peuvent être variés et particuliers en fonction de chaque individu.

Cependant, les facultés impliquées dans la création de cette expérience sont complexes et profondément ancrées dans les expériences de la petite enfance. Je parle du sentiment de reconnaissance que l'on éprouve lorsque l'on sent que l'autre a saisi – verbalement ou d'une autre façon – l'essence de la situation telle qu'elle est éprouvée dans le moment, sans qu'il n'existe de sentiment de menace ou de jugement sur cette expérience²³. Ce type de reconnaissance s'accompagne souvent d'un léger sentiment de délivrance ou de soulagement d'être vu. Dans la vie quotidienne, une personne peut éprouver ce sentiment de reconnaissance, par exemple, lorsque quelqu'un remarque qu'elle a fait la queue pour être servie ou si quelqu'un lui dit «vous avez l'air d'en avoir marre» quand c'est en effet vrai. La plupart des gens éprouvent une forme plus complète de cette expérience de reconnaissance à certains moments rares et importants de la vie. Souvent, dans une crise personnelle, alors que beaucoup de gens essaient de dire quelque chose d'utile, un ami proche est capable de dire quelque chose qui révèle l'expérience si profondément que l'on peut dire «oui, c'est exactement ce que je ressens» ou bien «cette personne comprend exactement ce que je veux dire».

Dans cette expérience de reconnaissance, le sentiment de solitude existentielle dans le monde de la personne diminue momentanément. Ce que la personne éprouve trouve une correspondance, une compréhension chez un autre être humain. Ou bien, même dans l'expérience de la personne, le fait de trouver des mots qui correspondent à cette expérience et lui donnent du sens peut donner à la personne la certitude qu'il existe une correspondance entre son expérience et un compte-rendu de cette expérience qui est compréhensible.

Quel type de processus se produit chez cet ami qui sait ce qui est central dans l'expérience de la personne à ce moment? Il n'existe certainement pas de formule explicite pour dire à une personne comment créer cette expérience de compréhension interpersonnelle. Il se peut que l'ami réponde à des choses que la personne a dit à ce moment ou à des répliques non verbales. Mais l'ami peut aussi répondre à partir de compréhensions générales expérimentées tout au long de sa vie, comme par exemple à partir d'une longue connaissance de cette personne en particulier ou de compréhensions culturelles variées.

²³ Il s'agit, bien entendu, d'un sentiment complexe car le fait d'être compris ou vu peut être ressenti en soi comme une menace dans certaines circonstances. Cependant, dans une relation empathique, non interprétative, le client peut choisir d'adopter un contenu qui dévoile moins sa personne si le degré de menace lui semble trop élevé.

La théorie de l'expérience d'Eugene Gendlin apporte quelques indices sur la manière dont ce sentiment de reconnaissance peut se produire. Dans son article de 1984 *Une théorie du changement de la personnalité*²⁴, il écrit que «nous n'employons des symboles explicites que pour une très faible partie de ce que nous pensons. Nous vivons la plus grande partie de ce que nous pensons sous la forme de signification ressentie».²⁵

Il écrit que les aspects explicitement symbolisés de notre expérience existent dans la relation avec un «réfèrent direct» ou «signification ressentie» (*felt meaning*). «Par exemple, quelqu'un vous écoute parler, puis vous dit: 'Excusez-moi, mais je ne saisis pas ce que vous voulez dire'. Si vous voulez exprimer en d'autres termes ce que vous avez voulu dire la première fois, vous remarquerez que vous devez avoir accès en vous-même à votre réfèrent direct, à votre signification ressentie».²⁶ Lorsqu'il parle de ces significations ressenties, Gendlin ne fait pas référence aux expériences qui sont inconscientes, mais plutôt à des états de conscience qui peuvent être ou non le centre d'attention à un moment donné. «Lorsque la signification ressentie entre en interaction avec des symboles verbaux et que nous sentons ce que ces symboles signifient, nous appelons ces significations des significations 'explicites' ou 'connues explicitement'. Par ailleurs, assez souvent nous ne possédons que la signification ressentie sans symbolisation verbale».²⁷ Il note que ces significations implicites et explicites sont différentes par nature. «Comme nous l'avons fait voir précédemment, une signification ressentie peut contenir une foule de significations et peut être indéfiniment élaborée. C'est pourquoi la signification ressentie n'est pas identique à la signification explicite et symbolisée de façon précise».²⁸ L'expérience de reconnaissance tend donc à se produire lorsque le compte-rendu par une autre personne de l'expérience de la personne résonne avec le sens implicite qu'a cette personne de sa propre expérience, ce qui crée un sentiment subjectif immédiat de justesse.

Bien entendu, il n'existe pas d'expérience «véritable» de la personne, mais seulement un compte-rendu construit activement de sa situation de vie, basé sur son milieu social et culturel. Je pourrais donner un nombre infini de comptes-rendus de mon expérience à un moment donné; je

²⁴ Disponible sur Internet à www.focusing.com

²⁵ E. Gendlin, 1964, p. 112.

²⁶ Ibid.

²⁷ Ibid., p. 113.

²⁸ Ibid.

pourrais même donner une série différente de comptes-rendus si je revenais sur mon expérience une semaine ou un an plus tard. Une personne extérieure peut me mettre au défi de prouver que le compte-rendu de mon expérience a un sens. En effet, Gendlin écrit que «même quand une signification est explicite (quand nous disons «exactement ce que nous voulons dire»), la signification ressentie que nous possédons à cet instant contient toujours beaucoup plus de significations implicites que tout ce que nous avons rendu explicite».²⁹

Cependant, tous les comptes-rendus d'une expérience n'offrent pas cette expérience de correspondance avec la signification ressentie implicite ou explicite de la personne, ce sentiment d'expérience de reconnaissance. Et aucun compte-rendu d'une expérience – quelle que soit sa valeur par ailleurs – n'est pleinement satisfaisant s'il ne correspond pas avec le sens subjectif de soi-même de cette façon.

Afin de comprendre la fonction de l'empathie, il est essentiel de voir que ce sentiment d'expérience de reconnaissance de la propre signification de la personne est différent de l'expérience de recevoir de nouvelles informations, utiles ou non, n'appartenant pas à son propre cadre de référence. Par exemple, une personne peut être en colère contre quelqu'un dont elle est proche. Un ami proche peut répondre à partir d'un cadre de référence externe en disant: «Tu penses que tu es en colère, mais je pense qu'en réalité, tu as peur d'être blessé et que tu ne veux pas l'admettre». Ce commentaire peut (ou non) être ressenti comme juste et utile par la personne qui le reçoit. Mais, pour l'accepter, cette personne doit laisser de côté son propre ressenti de la situation dans le moment, accepter une nouvelle idée ou un nouveau point de vue et les mettre en relation d'une certaine manière avec son propre ressenti.

La compréhension empathique qui est alignée sur le cadre de référence interne de la personne tend à créer un sentiment subjectif d'être reconnu dans la qualité de sa propre expérience à ce moment précis. La personne n'a pas besoin de relâcher son attention à l'immédiateté de l'expérience comme dans la réponse donnée dans le premier exemple. Par conséquent, je pense que ces deux séquences sont assez différentes par le type d'expérience qu'elles génèrent par la suite et par la manière dont elles sont reçues par des clients différents.

Comment cette expérience de reconnaissance peut-elle alors générer un processus de changement positif? Encore une fois, la réponse est implicite

²⁹E. Gendlin, 1964, p. 112.

dans un grand nombre de théories et de pratiques de l'empathie, mais rarement exprimée clairement. Lorsque son expérience est reconnue et reçue par une autre personne, la personne devient capable de reconnaître et de recevoir sa propre expérience, à la fois au sens large et dans sa capacité particulière à recevoir son propre ressenti dans l'instant. Tout changement dans la façon dont la personne reçoit son propre ressenti dans l'instant ouvre un grand nombre de processus naturels par lesquels elle intègre et différencie la signification de son expérience.

Plusieurs théoriciens ont remarqué que, lorsque les gens sont attentifs empathiquement à leur expérience, ils ont tendance à réorganiser spontanément leur compréhension de ces expériences³⁰. Cette réorganisation interne se produit, en grande partie, parce que, lorsqu'une personne est attentive à une expérience, de nouvelles expériences émergent à la conscience. En général, il s'agit de souvenirs, de pensées, de sentiments et d'images en lien avec cette expérience mais auxquels la personne n'avait pas prêté attention auparavant. Tandis qu'ils prêtent attention à ces nouveaux éléments, les individus voient s'ouvrir la possibilité d'interpréter leur situation d'une façon nouvelle et plus significative. Lorsque des émotions sont évoquées dans le processus, il arrive souvent qu'elles s'intensifient et subissent des transformations pour se muer finalement en expériences d'une intensité beaucoup plus faible (tout comme la tristesse se transforme en chagrin et en pleurs et se change finalement en un sentiment de paix).

Gendlin, Rice et Wexler ont tous noté que ce processus de génération et d'intégration spontanées de la nouvelle expérience se produit de manière particulièrement forte lorsque les clients éprouvent des aspects de leur expérience avec lesquels ils ne sont pas encore clairement en contact. Chacun de ces théoriciens a insisté sur une sorte différente de manque de clarté – Gendlin sur les sens corporels que les clients éprouvent à propos des situations³¹, Rice sur les scènes ou les images vivantes qui émergent chez les clients³², Wexler sur les thèmes et les facettes que les clients n'ont pas encore complètement résolus en eux-mêmes³³. Ces théoriciens sont moins clairs en ce qui concerne la question de savoir pourquoi la compréhension empathique, en elle-même et d'elle-même, peut pousser les clients

³⁰ Cf. par exemple, E.T. Gendlin, 1964, 1968, L.N. Rice, 1974 et D. Wexler, 1974.

³¹ E.T. Gendlin, 1968, 1974.

³² L.N. Rice, 1974 ; L.N. Rice et L.S. Greenberg (Eds), 1984.

³³ D. Wexler, 1974.

à explorer ces aspects de leurs expériences avec lesquels ils sont moins en contact et qui représentent une menace éventuelle.

Je pense que la séquence suivante se produit dans un cadre d'interactions empathiques. C'est une part intrinsèque de la nature humaine que les gens soient attirés vers les expériences qui offrent le sentiment subjectif d'être vivant et qu'ils aient envie de donner sens aux expériences qui sont différentes de ce qu'ils croient connaître du monde. En même temps, ils ont relativement peur de l'inconnu³⁴. Les expériences qui sont symbolisées, articulées et intégrées dans le sentiment de soi de la personne offrent une impression rassurante d'ordre et de prédictibilité, même si ce sont des expériences négatives. (Par exemple, une personne peut dire «je vais probablement mourir alcoolique comme mon père» et se sentir assez à l'aise avec cette vision bien déterminée d'elle-même.) Cependant, ces expériences familières et bien articulées sont souvent ressenties comme moins immédiates et moins vivantes que les expériences qui sont moins familières et n'ont pas été intégrées dans le sentiment de soi (*sense of self*) de la personne³⁵.

Dans une relation nouvelle ou menaçante, une personne risque de rester dans la relative sécurité de n'exprimer que les aspects familiers et bien articulés de son expérience. Mais le côté plus risqué et vivant de partager des expériences moins articulées a tendance à rendre l'expérience d'être compris à ces moments plus personnelle et plus significative.

Les réponses empathiques sont rassurantes en ce que l'expérience de la personne est compréhensible pour un autre être humain. Cela a tendance à diminuer la peur de l'inconnu de la personne dans son expérience. Dans ces circonstances, le sentiment d'être vivant présent dans les aspects moins intégrés et articulés de l'expérience augmente son pouvoir d'attraction intrinsèque. L'attention portée à ces aspects «vivants» de l'expérience fait généralement surgir d'autres facettes de l'expérience en lien avec ces aspects et stimule une réorganisation de leur compréhension. Cette ouverture sur une expérience continue permet à la personne de revoir en permanence son récit de vie ainsi que les «scripts» qui permettent d'organiser et d'interpréter les expériences, rendant ainsi possible des moyens plus matures, plus différenciés, de vivre en relation avec les autres.

³⁴Certes, ces pulsions semblent évidentes dans l'exploration de la toute petite enfance telle que la décrivent les récentes recherches. En tant que telles, il semble possible qu'elles soient profondément ancrées dans la biologie de l'organisme humain. Cf. par exemple, Stern, 1985.

³⁵Rice et Sapia (in L.N. Rice et L.S. Greenberg (Eds), 1984, p. 42) disent la même chose, en notant que l'immédiateté ou l'aspect vivant des situations problématiques ont tendance à pousser les clients à chercher spontanément ce qui est saillant dans ces situations.

Le développement et l'intériorisation de la capacité à être attentif à l'expérience

Rogers note que l'empathie des thérapeutes envers tous les aspects de l'expérience des clients est généralement intériorisée par les clients comme un moyen d'être en relation avec leur propre expérience. «Le fait d'être écouté par quelqu'un qui les comprend rend possible pour les personnes de s'écouter elles-mêmes plus attentivement, avec une plus grande empathie envers leur propre expérience profonde, leurs propres significations ressenties imprécises.»³⁶

Il est intéressant de noter que le processus d'intériorisation décrit par Rogers en thérapie est semblable à un aspect essentiel du développement optimal chez l'enfant. Les enfants n'associent une signification à leur propre expérience qu'après avoir vécu une dyade parentale «assez bonne» dans laquelle leurs expériences obtiennent une réponse et sont nommées par une autre personne. Au début, ils sont complètement dépendants de ces relations à deux pour créer un sens et stabiliser leur expérience. En ce sens, ces partenariats peuvent être considérés comme des relations *selfobject*. Dans l'idéal, ces relations conduisent à une intériorisation de la capacité à être attentif empathiquement à sa propre expérience et à répondre empathiquement à l'expérience des autres. Cette dépendance initiale vis-à-vis des autres pour comprendre empathiquement et nommer son expérience peut être considérée comme un aspect des fonctions *selfobject* de soutenir-calmer (*holding-soothing*) et de reflet (*mirroring*) décrites par Kohut. Mais elle peut aussi être vue comme une fonction *selfobject* indépendante³⁷.

À l'origine, l'expérience de l'enfant peut être décrite comme entièrement constituée des significations directement ressenties, implicites, de Gendlin, puisque l'enfant n'est pas capable de la symboliser en mots. «Le donné 'implicite' ou 'ressenti' de l'expérience est une sensation de la vie corporelle. Comme tel, ce donné peut se présenter sous une foule d'aspects organisés, mais cela ne signifie pas que ces derniers sont formés conceptuellement. Au contraire, nous les complétons et nous les formons quand nous les explicitons.»³⁸ Pourtant, l'enfant engagé dans cette expérience implicite est

³⁶ C.R. Rogers, 1975, p. 159.

³⁷ La capacité à être attentif à l'expérience pourrait également être décrite comme une fonction de développement de l'égo. Le terme *selfobject* a l'avantage d'insister sur l'intensité des partenariats relationnels qui naissent lorsque des personnes qui ont du mal à être attentives à leur expérience tentent d'entretenir un sentiment de cohérence et de stabilité dans leur vie et le degré auquel la perte de ces relations peut menacer la capacité de la personne à fonctionner.

³⁸ E.T. Gendlin, 1964, pp. 113-114.

en relation et subit des changements dans cette relation. «Il arrive donc souvent qu'un processus expérientiel se déroule sans symboles verbaux. De fait, la plupart des situations et des comportements impliquent des sentiments en interaction avec des événements non-verbaux.»³⁹ On peut donc dire que «les événements interpersonnels se produisent dans la vie d'une personne avant que n'apparaisse son soi (*self*). Les autres nous répondent avant que nous commençons à nous répondre à nous-mêmes. Si ces réponses n'étaient pas en interaction avec les sentiments – s'il n'y avait rien d'autre que les réponses d'autrui comme telles – le soi ne pourrait devenir rien d'autre que les réponses apprises d'autrui»⁴⁰.

Certes, dans cette relation «implicite» initiale, l'enfant est actif puisqu'il initie les interactions avec les adultes et y répond. Daniel Stern décrit avec éloquence «l'accord des affects» non verbal, élément central dans les premières phases de l'enfance, qui cultive un sentiment d'efficacité dans la relation à l'autre⁴¹. De plus, la capacité générale des parents à éliminer les traumatismes et à créer un rapport bénéfique entre les expériences positives et négatives contribue indubitablement à aider l'enfant à associer l'ensemble de ses expériences au «bien» ou au «mal»⁴².

Très tôt, les parents s'engagent dans une forme particulière d'interaction empathique dans laquelle ils commencent à nommer les expériences de l'enfant et à présenter des hypothèses pour justifier ces expériences – en disant par exemple que le bébé est «fatigué» lorsqu'il pleure ou qu'il pense que «les épinards sont dégoûtants» lorsqu'il les recrache. Avant tout, les parents proposent des symboles verbaux qui pourraient transformer l'expérience ressentie implicitement de l'enfant en signification explicite si l'enfant avait des mots. À partir d'un certain moment, les enfants arrivent à reconnaître si les mots correspondent ou non à l'expérience qu'ils ressentent.

Je me souviens avoir vu un de ces moments de reconnaissance naissante chez mon neveu de trois ans. Sa mère avait quitté la pièce pour surveiller son plus jeune frère et il avait commencé à lancer ses jouets. Je lui ai dit: «tu es en colère». Il m'a regardée avec un air de surprise et de découverte et a essayé de dire les mots «je suis en colère». Il a encore lancé ses jouets quelques fois, en prononçant ces mots avec à chaque fois un peu plus de conviction. Puis il est allé à la cuisine raconter à sa mère, avec un air de triomphe, sa nouvelle découverte, qu'il était «en colère».

³⁹E.T. Gendlin, 1964, pp. 113-114.

⁴⁰Ibid., p. 135.

⁴¹D. Stern, 1985, pp. 100-123.

⁴²Cf. par exemple, V. Demos, 1984, pp. 9-34.

Bien sûr, la qualité de l'empathie parentale peut varier considérablement dans cette désignation précoce de l'expérience de l'enfant et dans la clarté des raisons proposées pour justifier cette expérience. Certains parents sont relativement inattentifs ou ont des difficultés à laisser de côté leur propre point de vue. Par conséquent, les expériences peuvent rester sans mots ou être systématiquement mal nommées. Certaines expériences particulières, comme la tristesse ou la colère, peuvent paraître menaçantes dans certaines familles et donc étiquetées par habitude sous un autre nom. De même, les enfants qui ont un parent très volage ou peu sûr de lui peuvent apprendre à désigner leur expérience de la façon qu'ils trouvent la plus apaisante ou la moins menaçante pour ce parent⁴³. Suite à un tel échec empathique, il est possible que les enfants ne développent jamais de capacité à être attentifs à leur expérience afin de vérifier si sa signification est ressentie comme juste. Dans le processus, ils risquent de s'appuyer sur des critères plus extérieurs ou socialement conventionnels pour étiqueter leur expérience. Leur sentiment personnel d'expérience de reconnaissance, ou l'absence de ce sentiment, ne serait pas traité ou activement évité ou décrié⁴⁴. Les expériences qui n'ont jamais été reçues empathiquement dans l'enfance risquent de sembler irréelles ou, mystérieusement, mauvaises ou dangereuses à la personne adulte.

On peut donc considérer que les thérapeutes qui offrent une compréhension empathique offrent un aspect particulier de l'interaction parentale optimale. En exprimant leur meilleure compréhension de l'expérience du client dans le moment, les thérapeutes évaluent la version de l'expérience du client qui crée un sentiment d'expérience immédiate de reconnaissance. La satisfaction intrinsèque de ce sentiment d'expérience de reconnaissance est assez forte pour que les clients puissent intérioriser la position du thérapeute vis-à-vis de leur expérience – en analysant et en évaluant la version de leur propre expérience qui leur semble intérieurement juste ou crée un sentiment de reconnaissance.

En activant le désir profondément humain de voir son expérience reconnue et reçue par l'autre, cette interaction empathique peut provoquer chez le client des réactions et des croyances liées à un manque de reconnaissance empathique dans les relations de la petite enfance. Par conséquent, elle a

⁴³ Cf. par exemple, R. Lee, 1988.

⁴⁴ D. Stern (1985) évoque ce processus dans son chapitre sur «Le soi verbal», pp. 162-182.

tendance à rouvrir les décisions des relations précoces sur l'intimité et la valeur de soi – avec tous les désirs, craintes et vulnérabilités profonds qui accompagnent ces problèmes de développement précoce.

Traitement et révision des récits de vie

Les êtres humains ont la capacité de réinterpréter continuellement la signification de leur vie et les stratégies selon lesquelles ils choisissent d'organiser leur expérience. Le type de traitement (*processing*) que nous avons exploré dans cet article constitue l'une des façons principales dont se déroule cette reformulation continue du sens de la vie.

Il est bien sûr possible d'adopter un récit de vie entièrement tiré de la culture ou d'autres idées préconçues sur son soi. Mais ce type de récit préformé sera sec et détaché – créant une fausse expérience de soi – s'il n'a pas été intégré avec ses réponses à la vie ressenties organiquement. Le traitement permet une dialectique entre la complexité de l'expérience vécue et la façon dont l'expérience peut être interprétée dans le cadre de sa culture et des circonstances de sa vie⁴⁵.

Cette création d'un récit de vie basé sur sa personne n'est ni totalement déterminée ni complètement ouverte au choix. Une personne peut toujours proposer plusieurs comptes-rendus sensés de l'histoire de sa vie. Une personne dispose d'une liberté existentielle considérable pour ce qui est de décider ce qu'elle veut faire de sa vie et de choisir les stratégies à adopter pour aborder l'avenir. Mais toutes les versions du récit de vie d'une personne – même si elles sont apparemment sensées – ne sonnent pas justes pour la personne elle-même. La construction du récit de vie crée ou non un sentiment d'expérience de reconnaissance, de la même façon que les réponses à de plus petites unités de sens.

Empathie et guérison

Presque tout le monde vit dans un récit de vie dans lequel certains aspects de l'expérience sont très peu expliqués. Certaines expériences ressenties organiquement ne sont pas nommées, ou sont nommées de telle façon qu'elles ne fonctionnent pas très bien pour aider à donner du sens à la situation de la personne. Les raisons avancées pour faire quelque chose peuvent

⁴⁵ Gendlin (1990, pp. 213-214) dit la même chose.

se contredire entre elles ou entrer en contradiction avec d'importants aspects de la réalité vue par les autres. Même si la compréhension articulée que les gens ont d'eux-mêmes était pleinement congruente avec toutes leurs expériences vécues, ils risqueraient quand même de créer de nouveaux buts et aspirations de vie qui devraient être intégrés avec les expériences de toute leur vie passée. Dans la mesure où la compréhension empathique stimule le traitement de l'expérience et la reformulation des récits de vie, il est susceptible d'être utile pour presque tout le monde au cours de sa vie.

Cependant, je pense que la compréhension empathique joue un rôle essentiel en thérapie avec des clients qui ont subi une rupture empathique dans leur enfance à tel point que leur capacité à éprouver et à traiter leur propre expérience a été gravement endommagée. Je pense que ces personnes risquent d'être sujettes à un style «précaire» de processus à l'âge adulte⁴⁶. Comme ils n'ont pas éprouvé durablement l'expérience d'une empathie provenant d'adultes importants pour eux, il est peu probable qu'ils aient intériorisé la capacité à être attentifs empathiquement à leur propre expérience. Selon moi, cette capacité à être attentif à son expérience est essentielle au développement de facultés futures, comme la capacité à modérer l'intensité de son expérience ou être attentif à l'expérience d'une autre personne sans perdre la faculté de revenir à sa propre expérience.

Les clients qui ont un style précaire de processus ont tendance à éprouver des problèmes centraux à un degré très faible ou très fort d'intensité⁴⁷. Ils ont des difficultés à commencer ou à arrêter les expériences qui ont une signification personnelle ou un impact émotionnel. Ils risquent aussi d'avoir des difficultés à comprendre le point de vue d'une autre personne tout en restant en contact avec leur propre expérience.

Les réponses de compréhension empathique sont souvent le seul type de réponse que les personnes qui ont un style précaire de processus peuvent recevoir sans se sentir traumatisées ou déconnectées de leur expérience. La présence continue d'une personne rassurante, empathique est souvent essentielle pour que la personne puisse rester en contact sans se sentir submergée. En un certain sens, les clients au milieu d'un processus précaire demandent si leur façon de s'éprouver eux-mêmes a le droit d'exister dans

⁴⁶ Une analyse plus complète de ce sujet peut être trouvée dans M. Warner, *Le processus précaire*, 1991.

⁴⁷ La plupart des gens ont, en quelque sorte, un style «précaire» de processus lorsqu'ils explorent les frontières vulnérables de leur expérience. Les clients qui ont subi une grave rupture empathique dans leur enfance ont tendance à éprouver ce type de processus plus intensément et sur une gamme plus large de problèmes.

le monde. Si le thérapeute ne nomme pas correctement leur expérience ou leur suggère de considérer leur expérience d'une façon différente, cela est compris comme un «non» en réponse à cette question et risque d'être ressenti comme une annihilation de leur droit d'exister.

Je pense que ce processus précaire explique pour beaucoup l'intensité de la réaction négative aux commentaires interprétatifs, que Kohut observe chez les analysants atteints de narcissisme. En même temps, il explique pour beaucoup l'intensité de la dépendance et du transfert *selfobject* que ces clients éprouvent au début avec les thérapeutes qui créent un climat continu de compréhension thérapeutique.

Pour les clients qui ont un style précaire de processus, une relation empathique peut créer le seul endroit au monde où ils sont capables d'exister au sens existentiel, puisque c'est le seul endroit où ils sont capables d'éprouver des expériences sans être traumatisés. Il est compréhensible que ces clients soient dans tous leurs états à l'idée de perdre le thérapeute ou d'être loin de lui, même pour de courtes périodes.

L'interaction empathique continue est un moyen de guérison direct pour ces clients en ce qu'elle leur offre le type de relation empathique *selfobject* dont ils ont manqué dans leur enfance. Au début, les clients qui ont un processus précaire ne sont capables d'éprouver leur expérience que dans une relation empathique continue avec une autre personne – et ce non sans peine. L'expérience d'éprouver leur expérience dans un partenariat *selfobject* avec l'autre a tendance à réengager la séquence de développement naturel par laquelle la capacité à éprouver et à traiter l'expérience est intériorisée.

Les capacités associées – telles que la faculté de moduler l'intensité des expériences et la faculté de comprendre le point de vue d'une autre personne sans ressentir que son propre point de vue a été annihilé – ont tendance à se développer spontanément. Cela correspond avec la remarque de Kohut qu'après une période de réponses exclusivement empathiques à ses analysants, ils deviennent capables de formuler des observations autour de l'expérience sans ressentir que le lien empathique avec le thérapeute a été rompu.

En résumé, l'empathie est donc un moyen de guérison en ce sens qu'elle encourage les clients à être attentifs à leurs propres expériences de façon à stimuler une reformulation en profondeur des problèmes de vie personnels. De plus, pour les clients qui ont subi une rupture empathique particulièrement grave dans l'enfance, elle leur permet de se reconnecter avec les processus de développement contrariés auparavant. Dans le cadre d'une relation empathique continue, ces clients sont susceptibles de développer

et de renforcer des facultés qui sont essentielles à la relation psychologique – la faculté d'éprouver et de traiter leurs propres expériences et la faculté de comprendre les expériences des autres sans annihiler leur propre expérience.

Références

- Butler, J.-M. and Rice, L.N. (1963), Adience, self-actualization and drive theory. In J.-M. Wepman and R.W. Heine (eds.), *Concepts of Personality*, Chicago, Aldine.
- Brodley, B.T. (1990), Client-centered and experiential: Two different therapies. In G. Lietaer, J. Rombauts, and R. Van Balen (eds.), *Client-Centered and Experiential Psychotherapy in the Nineties*, Leuven, Belgium: Leuven University Press.
- Bozarth, J.D. (1984), Beyond reflection: Emergent modes of empathy. In R.F. Levant and J.-M. Schlein (eds.), *Client Centered Therapy and the Person-Centered Approach: New Directions in Theory, Research, and Practice*, New York, Praeger, pp. 59-75.
- Basch, M. (1986), Can this be psychoanalysis? In A. Goldberg (ed.), *Progress in Self Psychology*, Vol. 2, New York, Praeger, pp. 59-75.
- Demos, V. (1984), Empathy and affect: Reflections on infant experience. In J. Lichtenberg, M. Bornstein, and D. Silver (eds.), *Empathy II*. Hillsdale, N.J.: The Analytic Press.
- Gendlin, E.T. (1964), A theory of personality change. In P. Worchel and D. Byrne (eds.), *Personality Change*, New York, John Wiley & Sons, Inc., pp. 100-148.
- Gendlin, E.T. (1968), The experiential response. in E. Bammer (ed.), *Use of Interpretation in Therapy*, New York: Grune & Stratton, pp. 208-227.
- Gendlin, E.T. (1974), Client-centered and experiential psychotherapy. In D. Wexler and L.N. Rice (eds.), *Innovations in Client Centered Therapy*, New York, John Wiley & Sons, pp. 211-246.
- Gendlin, E.T. (1990), The small steps of the therapy process: How they come and how to help them come. In G. Lietaer, J. Rombauts, and R. Van Balen (eds.), *Client-Centered and Experiential Psychotherapy in the Nineties*, Leuven, Belgium: Leuven University Press.
- Gendlin, E.T., The client's client: The edge of awareness. Paper in draft.
- Freud, S. (1912), Recommendations to physicians practicing psychoanalysis. In *Standard Edition*, 12:111-120, London, Hogarth Press, 1958. (Quoted in L. Agosta (1984), Empathy and intersubjectivity. In J. Lichtenberg et al. (eds.), *Empathy 1*. Hillsdale, N.J.: The Analytic Press, p. 53.)
- Goldstein, A.P. and Michaels, G.Y. (1985), *Empathy: Development, Training and Consequences*, Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.

- Hoffman, M.L. (1989), Empathy, social cognition and moral action. In N.M. Kurtines and J.L. Gewirtz (eds.), *Moral Behavior and Development*, Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum. (Quoted in A. Kohn (1990), *The Brighter Side of Ruman Nature*, New York, Basic Books, Inc. Publishers, p. 115.)
- Kohut, H. (1971), *The Analysis of the Self*, New York, International Universities Press, Inc.
- Kohut, H. (1977), *The Restoration of the Self*, New York, International Universities Press, Inc.
- Kohut, H. (1982), Introspection, empathy, and the semicircle of mental health. Reprinted in J. Lichtenberg et al. (eds.), *Empathy I* (1984), Hillsdale, N.J.: The Analytic Press, pp. 81-100. (Originally published in the *Intl. J. of Psychoanal*, 63:395-408.)
- Kohut, H. (1984), *How Does Analysis Cure?*, Chicago, University of Chicago Press.
- Lee, R. (1988), Reverse selfobject experience, *Am. J. Psychother*, 42:416-424.
- Lee, R. & Martin, J.C. (1991), *Psychotherapy After Kohut: A Textbook of Self Psychology*. Hillsdale, N.J.: The Analytic Press.
- The Random House College Dictionary. Revised Edition* (1988), J. Stein (ed.), New York, Random House, Inc.
- Rice, L.N. (1974), The evocative function of the therapist. In D.A. Wexler and L.N. Rice (eds.) *Innovations in Client-Centered Therapy*, New York, John Wiley & Sons, pp. 289-311.
- Rice, L.N. & Greenberg, L.S. (eds.), *Patterns of Change*, New York, The Guilford Press, 1984.
- Rogers, C.R. (1957), The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change, *J. Consult. Psychol.*, 21, 95-103.
- Rogers, C.R. (1959), A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (ed.), *Psychology: A Study of a Science*, Vol. III. *Formulation of the Person and the Social Context*, New York, McGraw Hill, pp. 184-256.
- Rogers, C.R. (1975), Empathic: An unappreciated way of being, *Counseling Psychologist*, 5(2), pp. 2-10.
- Schafer, R. (1983), *The Analytic Attitude*, New York: Basic Books.
- Stern, D.N. (1985), *The Interpersonal World of the Infant*, New York, Basic Books, Inc.
- Warner, M.S. (1991) Fragile process. In Lois Fusek (ed.), *Directions in Client-Centered Therapy: Practice with Difficult Client Populations. Monograph Series 1*, Chicago, Chicago Counseling and Psychotherapy Center.
- Wexler, D.A. (1974), A cognitive theory of experiencing, Self-actualization and therapeutic process. In D.A. Wexler and L.N. Rice (eds.), *Innovations in Client-Centered Therapy*, New York: Wiley.