

Les propriétés intersubjectives et interrelationnelles de la Tendance Actualisante

Perspectives thérapeutiques

Gérard Mercier

Gérard Mercier est docteur en psychologie et psychothérapeute en Approche centrée sur la personne. Il travaille en milieu associatif et éducatif et reçoit en libéral une clientèle privée. Membre de l'Université Autonome de Lisbonne, il y assure le suivi des mémoires de Master et de thèse pour les étudiants francophones. Ses thèmes de recherche ont pour titre : Mesures de l'efficacité des conditions de l'Approche centrée sur la personne au cours de la thérapie, et : Convergence entre l'épistémologie piagétienne et rogérienne.

Résumé

Cet article présentera un point de vue nouveau sur la nature de la Tendance Actualisante. Non plus seulement intrinsèque à la personne, elle comporterait un ensemble de propriétés que j'appellerai intersubjectives et interpersonnelles, offrant à la partie saine d'une personne ayant connu un traumatisme psychologique un refuge, un support de résilience où elle peut croître en sécurité. Cette proposition sera ensuite illustrée par un exemple clinique.

Mots-clés: tendance actualisante, intersubjectivité, interrelation, résilience, support de résilience, traumatisme, accueil positif inconditionnel, confiance.

Introduction

L'hypothèse que je présente ici s'articule selon deux parties complémentaires :

1. En cas de traumatisme psychologique dans les potentialités d'actualisation, une relation comportant des conditions de sécurité, d'étayage et de considération positive inconditionnelle, offrirait à la partie préservée de la Tendance Actualisante un refuge suffisant que réactive la mise en présence d'un support de résilience.
Sa reviviscence en une relation thérapeutique peut en activer à nouveau les potentialités et la relation sera décrite comme ce support régénérateur seulement si elle ouvre à la Tendance Actualisante un espace-temps hospitalier à ce qui n'a pas été atteint par le traumatisme, notamment ce qui lui est antérieur.
2. Celle-ci s'exprime par un ensemble de propriétés intersubjectives et interrelationnelles, au sens d'engendrement et « d'élaboration conjointe d'une cognition ancrée sur la relation de réciprocité » (Brassac, 2001, p. 7). Il sera discuté ici le point de vue selon lequel elle n'est pas qu'intrinsèque à la personne, mais relève d'un entre-deux relationnel qui en permet la sauvegarde. Une observation clinique illustrant ces deux perspectives complémentaires s'ensuivra.

Les propriétés reconnues de la Tendance Actualisante

Pour Rogers (2009, p. 33), la notion de Tendance Actualisante « correspond à la proposition suivante : tout organisme est animé d'une tendance inhérente à développer toutes ses potentialités et à les développer de manière à favoriser sa conservation et son enrichissement ». Cette définition princeps est la base à partir de laquelle je construirai mon argumentation. Des propriétés nouvelles seront plus en avant discutées.

L'une des propriétés majeure de la Tendance Actualisante réside dans sa capacité à dissocier son expression selon l'incidence des conditions extérieures de valorisation : «   mesure que la *notion du moi* se développe et s'extériorise, il se développe ce que nous avons convenu d'appeler le besoin de *considération positive*. Ce besoin est universel en ce qu'il existe en tout être humain et qu'il se fait sentir d'une manière continuelle et pénétrante [...]. Il s'ensuit que la *considération positive* de personnes pour lesquelles le sujet éprouve une considération particulièrement positive (personnes-critères) peut devenir une force directrice et régulatrice plus forte que le *processus d'évaluation 'organismique'* » (Rogers, 2009, pp. 70-71).

Plus la relation avec les « personnes-critères » sera conditionnelle, plus il y aura dissociation entre l'expression de la Tendance Actualisante, soumise aux critères d'acceptation extérieure, et le mouvement général de l'organisme.

L'amplification de cette scission peut amener un tel écartement qu'un cortège de troubles et de traumatismes invalidants se fera jour. *A contrario*, une relation acceptante, pétrie d'inconditionnalité et construite dans le cadre sécurisé d'une intercompréhension stable, offre au bouquet de potentialités de la Tendance Actualisante un terreau favorable à son expression congruente avec sa directionnalité positive.

Rogers écrit à ce propos « qu'il y a dans l'organisme humain une source d'énergie centrale qui est une fonction de tout l'organisme plutôt que d'une seule partie et que peut-être les meilleurs termes pour conceptualiser cette source sont ceux de tendance vers l'accomplissement, vers l'actualisation, vers la conservation et le développement de l'organisme » (Rogers, 2011, p. 71).

La centralité de cette source d'énergie décrit une propriété fondamentale de la Tendance Actualisante. Elle est ce qui fait qu'un organisme se développe, s'organise, se différencie, vit : « Je ne suis pas loin de penser que la Tendance Actualisante pourrait être la réponse à la question à ce qui fait qu'un organisme 'tic-tac' » (Rogers, 1980, p. 119, traduction personnelle).

Jerold Bozarth a depuis complété et compilé la liste de ses propriétés :

1. La Tendance Actualisante est individuelle et universelle (Rogers, 1980). L'expression de cette tendance est toujours propre à l'individu et de plus sa présence est une tendance motivationnelle relative à tout organisme vivant.
2. L'organisme, la personne, est une gestalt souple et changeante comportant différentes caractéristiques [...]. La Tendance Actualisante s'exprime comme un processus dynamique, variable et fluctuant, opérant à travers les sous-systèmes de la personne globale afin d'assurer la constance de son organisation globale.
3. La Tendance Actualisante est partout présente et globale (Rogers, 1963; Rogers & Sanford, 1984). Elle est ce qui meut et assied toute l'activité de la personne. Le maintien de la vie à chaque instant, le mouvement, l'adaptation, le maintien de l'intégrité, le ressenti, les sentiments, la pensée, l'intérêt pour la nouveauté sont tous les manifestations de la Tendance Actualisante.

4. La Tendance Actualisante est un processus directionnel. Bien qu'elle tende vers l'assimilation et la différenciation des activités, tandis qu'elle assure le maintien global de l'organisme, sa globalité est en changement constant. C'est une tendance vers la réalisation, la complétude et la perfectibilité des capacités et potentialités inhérentes à l'organisme (Rogers, 1963).
C'est un processus sélectif en ce qu'il est directionnel et constructif. Il tend au rehaussement et au maintien de l'organisme/personne dans sa globalité.
5. La Tendance Actualisante est une tension orientée vers la croissance (Rogers, 1959) [...]. L'organisme/personne ne se réduit pas à un système déterminé et guidé mais régi par une tension à croître spontanément, à se développer vers des niveaux de pleine expression de son potentiel interne.
La «directionnalité» de cette Tendance Actualisante exige que soit présente cette tension vers la croissance.
6. La Tendance Actualisante s'oriente vers l'autonomie et s'écarte de la dépendance (Rogers, 1963). La personne se meut naturellement vers l'auto-organisation et s'écarte de tout moyen de contrôle.
7. La Tendance Actualisante est fragile et vulnérable aux conditions extérieures (Rogers, 1980; Rogers & Sanford, 1984). Quand l'organisme est soumis à des circonstances défavorables, l'expression de sa Tendance Actualisante en devient déformée [...]. Les caractéristiques ci-dessus listées, en concordance avec Rogers, sont communes à tous les organismes. (Bozarth, 1998, pp.28-30, traduction personnelle.)

Cependant, l'énergie qui meut l'organisme n'est pas seulement interne. L'existence d'un écosystème personne/environnement est une condition vitale pour son maintien et sa différenciation. Quand la personne, notamment le nourrisson, est privée de contact, la vie ne peut plus continuer. Les travaux de Spitz (1968) l'ont montré : sans relations, sans être touché, l'enfant ne peut pas vivre...

Chez la personne victime d'un  v nement traumatogène, la glaciation du mouvement d'actualisation entraîne une dissociation moi conditionnel – moi organismique dont les conséquences seront lourdes; les manifestations dramatiques de processus précaires, difficiles, voire psychotiques de gestion de l'expérience décrits par Margaret Warner (2007) en sont l'illustration.

Un peu plus loin

J'étaierai l'hypothèse présentée plus haut en avançant que la Tendance Actualisante est aussi relative à la dynamique de la dyade personne/support de résilience, puis client/thérapeute. Ses conditions et son interactivité peuvent l'infléchir vers sa préservation et sa croissance.

La Tendance Actualisante présenterait une composante intersubjective telle que la personne peut confier au duo relationnel instauré ce qu'elle possède de potentialités préservées, et que l'inconditionnalité bienveillante de son support de résilience accueille.

Je pourrais parler «d'externalisation» de la partie sommitale de la Tendance Actualisante au sein de la mouvance protectrice que constitue l'interaction personne/support de résilience. Celle-ci peut ensuite (mais pas automatiquement!) se déplacer vers la relation thérapeutique dont la dynamique et la sécurité offrent à ses potentialités la même opportunité de développement et de préservation.

Le processus thérapeutique serait ce moment interpersonnel qui active les composantes de la Tendance Actualisante par ailleurs préservées. Celles-ci pourront migrer vers les zones traumatisées du client dans le cadre de l'engagement bio-psycho-socio-énergétique construit avec le thérapeute.

Les conditions d'instauration de la résilience

Pour Boris Cyrulnik (2001, p.259), la résilience procède «d'un processus, d'un ensemble de phénomènes harmonisés où le sujet se faufile dans un contexte affectif, social, et culturel. La résilience, c'est l'art de naviguer dans les torrents.»

Cette définition, stricto sensu, demande à être complétée par la dimension interrelationnelle qui l'instaure. Boris Cyrulnik (2001, puis 2002) écrit encore:

L'enfant reprendra le cours de son développement dans une direction modifiée par le trauma si les conditions extérieures de la résilience sont présentes:

- l'accueil – pas forcément verbal – après une agression, qui peut renouer le lien;
- un lieu pour permettre la représentation de l'agression (l'écoute, l'écrit, le dessin, le théâtre) dans un cadre d'une relation avec un tuteur de résilience, cette relation permettant que le processus de résilience transforme la meurtrissure en organisateur du moi;

- une possibilité de se socialiser dans le cadre d’une institution, d’un organisme, d’une culture, d’une association. (B. Cyrulnik, 2001, p. 123).

La Tendance Actualisante rebondira quand elle sera accueillie dans le cadre d’une relation qui en sauvegardera les composantes dialogiques. L’exemple qui va suivre illustrera ce propos.

Vignette clinique : Maude¹ et sa jument

C’est au cours de ma réflexion sur un long et intense accompagnement thérapeutique engagé depuis 4 ans avec Maude, une jeune cliente de 27 ans, que j’eus l’intuition de la propriété intersubjective et transférable de la Tendance Actualisante.

Le tableau clinique et l’anamnèse montraient l’enchaînement d’une large gamme d’ v nements et de situations traumatog nes sur un arrière-plan de négligence paternelle :

- violence physique résultant de relations avec des compagnons irrespectueux ;
- agression sexuelle doubl e d’abus de confiance émanant plus particulièrement d’un des abuseurs ayant occupé une position de prestige envers Maude.

Maude est habitée par la reviviscence obsédante des scènes traumatisantes qui « tournent en boucle dans ma tête » dit-elle souvent : l’information reste en l’état, et se présente sans cesse à la conscience, au point de produire un épuisement sévère.

Au cours de la thérapie, la jeune femme prendra conscience de l’aspect invasif de l’abus qui a gagné des pans entiers de sa vie sociale et professionnelle.

Les maltraitements et abus de pouvoir de tous ordres renforcent chez Maude la conviction qu’elle n’a pas de valeur et l’estime de soi est gravement obérée. La cliente s’en veut de ne pas « avoir vu venir le coup », en dépit de son haut niveau de formation qui l’avait justement amenée à étudier le mécanisme de la manipulation abusive...

Enfin, Maude présente un moi conditionnel d’aidante sans faille, dévouée, dissociée du mouvement d’actualisation global qui, lorsqu’elle le contacte, constitue pour elle une vraie menace, accablante, doubl e de

¹ Prénom modifié.

honte. Progressivement, au cours de la thérapie, cette mise à distance deviendra de moins en moins nécessaire. C'est elle qui créera les conditions propices à un mouvement dont la compréhension me permet de formaliser cette caractéristique intersubjective de la Tendance Actualisante.

Jusqu'il y a peu, Maude vivait selon les facettes multiples du prisme éclaté d'une existence clivée ayant produit un moi issu d'une Tendance Actualisante contredite : étudiante brillante, sauveuse, don de soi, mise à distance de la féminité en constituaient les structures rigides.

Lors d'une séance, Maude, qui pratique l'équitation à un haut niveau, évoquera la relation à sa jument en des termes si touchants que les mécanismes d'évitement la coupant de la sphère émotionnelle firent place à des ressentis inhabituels assortis de pleurs inextinguibles.

Depuis plus de dix ans, la jeune femme est propriétaire d'une jument avec qui elle a grandi. L'évoquant, Maude s'exprime émotionnellement par des larmes qu'elle décrira comme l'expression d'une reconnaissance infinie et de tendresse partagée pour l'animal, et physiquement par une détente généralisée. Elle parlera longuement de l'enfance vécue avec sa jument, « qui est une personne », et surtout de la confiance qu'elle ressent à chaque fois qu'elle est en sa présence : confiance psychologique – l'animal ne l'a « jamais trahie » –, confiance corporellement ressentie au contact direct « de peau à peau ». Le processus thérapeutique prit alors une nouvelle orientation. La reviviscence partagée de cette relation de qualité servit de support pour étendre la confiance en l'animal à notre espace d'intercompréhension. Maude évoquera aussi des situations datant d'avant la survenue des abus, par exemple des séquences de vacances paisibles passées chez sa grand-mère. Comme s'il s'agissait ici et maintenant d'une humanisation progressive de la confiance et de l'émotion nées dans le creuset de la résilience établie naguère entre Maude et sa jument.

Aujourd'hui, Maude exprime sa confiance de manière chaleureuse dans le cadre de la relation thérapeutique, avatar bienveillant de la reliance à sa jument, et a très récemment évoqué une relation sentimentale avec un homme valorisant, protecteur et respectueux.

Éléments de discussion : les propriétés intersubjectives et interrelationnelles de la Tendance Actualisante

Le point central de ma discussion concerne la position selon laquelle la Tendance Actualisante n'est pas seulement une propriété intrapersonnelle.

La partie préservée, saine et constructive qui s'est lov e dans la relation à la jument procède d'un transfert de «cellules souches» dont les potentialités de guérison se r activeront dans le cadre thérapeutique. J'en noterai les particularités :

- a. la confiance : l'antidote à la trahison des hommes ayant maltraité Maude ;
- b. l'expression émotionnelle d'une tendresse, d'une douceur et d'un attachement qui reprennent ici et maintenant leur travail réparateur ;
- c. l'émergence d'une mémoire, d'une continuité d'existence d'avant le trauma s'ouvrant sur la reviviscence sécure d'expériences vécues avant la fragmentation du moi.

La relation à la jument recèle en sa genèse, puis en sa dynamique d'échange, des scénarios de confiance (par exemple avec la grand-mère de Maude).

Ils constitueront des traits d'union, des embrayeurs, entre l'avant des blessures psychologiques et le présent sécure du vécu thérapeutique. Ils seront propices à des dérivations salutaires, à un contournement de la honte vers une expression de soi permettant un contact prudent, d'abord avec le thérapeute, puis avec d'autres personnes reconnues comme respectueuses. Le thème d'une composante externe de la Tendance Actualisante demande maintenant à être approfondi.

L'exemple de Maude montre que, quand la relation possède cette double qualité d'accueil et de confiance, elle instaure avec autrui une résilience rehaussant en sa dynamique intersubjective les aspects ailleurs préservés de la Tendance Actualisante.

Celle-ci n'est plus seulement un moteur interne. Elle présente une caractéristique interpersonnelle forte, qui est comme l'écrin de son dynamisme, potentialisée par la relation à autrui (la jument pour Maude).

Une des caractéristiques du processus thérapeutique est de reproduire les conditions de cette croissance sauvegard e par le report de la confiance initiale sur le thérapeute. Sa congruence et son regard positif inconditionnel rendront progressivement possible l'humanisation de l'attachement à la jument.

En m'appuyant sur les travaux de Christian Brassac, j'avance ici l'idée que les verbalisations du thérapeute doivent présenter plusieurs qualités pour favoriser ce déplacement :

- posséder une certaine intention communicative ;
-  tre porteuses d'un sens partageable ;
- refléter le sens intentionné du thérapeute (Brassac, 2001, p.7).

La communication est bonne «lorsque l'on observe une certaine relation entre le sens découvert et le sens intentionné» (Brassac², 2001, p. 5).

Et le psycholinguiste d'écrire aussi: «L'échange se déroule autour de l'actualisation d'un élément de ce potentiel de sens, actualisation qui est le produit de la dyade, qui est l'œuvre conjointe des interactants.» (Brassac, 2001, p. 5).

Conclusion

Les conséquences de cette étude s'ouvrent sur une compréhension plus extensive de la notion de Tendance Actualisante et peuvent annoncer un champ de recherche plus large.

Jusqu'alors, la Tendance Actualisante était qualifiée à l'aune d'un construit ayant une dimension intrapersonnelle: «J'ai écrit que la Tendance Actualisante implique un développement vers la différenciation des organes et des fonctions; elle implique aussi une extension et une intensification par la reproduction. Il s'agit d'un développement vers l'autonomie, loin de l'hétéronomie ou du contrôle par des forces extérieures» (Rogers, 2011, p. 68).

Bozarth (1998) a classifié et fait la recension de ses propriétés: elle est individuelle et universelle, holistique; elle est partout présente et constante, directionnelle, constructive et auto-organisatrice.

Il est maintenant possible de lui adjoindre une nouvelle propriété intersubjective, celle qui permet à la résilience de s'actualiser chez une personne ayant été blessée psychologiquement.

La Tendance Actualisante est directionnelle. Elle comporte un ensemble de potentialités non différenciées que préserve la relation avec un tuteur de résilience.

C'est cet *apex*³ – terme emprunté à la botanique – que la relation préservante rehaussera pour l'avoir abrité, suite à un traumatisme psychologique. Le concept proposé va au-delà de la simple image. L'heuristique de cette analogie révèle que la Tendance Actualisante, à sa pointe, possède une réserve de potentialités, «cellules souches», pouvant ensuite migrer vers les zones blessées de la personne, quand les attitudes d'acceptation

² Cet auteur rappelle qu'en 1985 Francis Jacques avait introduit le concept de communicativité des énoncés thérapeutiques.

³ L'*apex* (adj.: *apical*) est un terme désignant en botanique «l'extrémité d'une tige ou d'une racine» (in fr.wikipedia.org/wiki/Apex_végétal) et qui abrite un tissu dont les cellules indifférenciées sont en division active. Elles engendreront les autres parties de l'appareil végétatif: feuilles, tiges, fleurs...

inconditionnelle et de considération positive encadrent un climat relationnel de compréhension empathique où émerge une confiance réciproque.

L'apex, doté d'un tropisme vers l'inconditionnalité, peut alors développer ses potentialités et exprimer son pouvoir de guérison.

La résilience viendrait promouvoir l'activation de la partie apicale de la Tendance Actualisante que la personne aurait confiée à une autre personne (ou à un animal dans le cas de Maude). Confiance, expression émotionnelle et attachement se seraient réfugiés dans cette matrice relationnelle dans l'attente d'une reviviscence que le lien thérapeutique potentialise.

Dit autrement, la propriété intersubjective de la Tendance Actualisante rend possible l'accueil de sa partie apicale, dont la relation thérapeutique actualise les capacités de guérison, particulièrement quand le regard positif inconditionnel du thérapeute en facilite la reviviscence.

La Tendance Actualisante présente un bouquet de propriétés intersubjectives et interpersonnelles qui ne la rend pas seulement interne à la personne.

Références

- Bazzano, M. (2012). Immanent vitality: reflections on the actualizing tendency. *Person-Centered and Experimental Psychotherapies*, vol. 11, n  2, pp. 137-152.
- Bozarth, J. (1998). *Person-Centered Therapy: a Revolutionary Paradigm*. Ross-on-Wye. PCCS books.
- Brassac, Ch. (2001). L'interaction communicative, entre intersubjectivité et interobjectivit . *Langages*, n  144, pp. 39-57. Version Internet (2004): http://balsbs.archives-ouvertes.fr/docs/00/06/71/49/PDF/Langages_Brassac_.pdf
- Cyrulnik, B. (2001). *Les vilains petits canards*. Paris. Odile Jacob.
- Cyrulnik, B. (2002). *Un merveilleux malheur*. Paris. Odile Jacob.
- Rogers, C. (1980). *A way of Being*. Boston. Houghton Mifflin Company.
- Rogers, C. (2009). *Psychothérapie et relations humaines. Théorie de la thérapie centrée sur la personne*. Paris. ESF  diteur.
- Rogers, C. (2011). La tendance actualisante par rapport aux « motifs » et à la conscience, *ACP Pratique et recherche*, n  13, pp. 65-89.
- Spitz, R. (1968). *De la naissance à la parole. La première année de la vie*. P.U.F. Paris.
- Warner, S. M. (2007). Vers une théorie globale centrée sur la Personne du bien-être et de la psychopathologie, *ACP pratique et recherche*, n  5, pp. 52-74.