

Recensions

Dossier réalisé par Jean-Marc Priels

Pour une recherche utile au thérapeute. Entretien avec Robert Elliott
de Florence Belasco

Carl Rogers et le courant humaniste
de Marc Olano

Pour une recherche utile au thérapeute. Entretien avec Robert Elliott

de Florence Belasco

Bien connu dans la communauté scientifique de l'Approche centrée sur la personne, Robert Elliott a accordé une belle interview à la revue *Gestalt*. Aspirant à étudier – à vivre autant qu'à comprendre – il se présente sous la double identité de thérapeute et de chercheur en psychothérapie humaniste et expérientielle. Ancien président de la Société pour la Recherche en Psychothérapie, il a coédité les revues *Psychotherapy Research* et *Person-Centered Counselling and Psychotherapy*. Il a été professeur à l'université de Tolède et enseigne actuellement la thérapie centrée sur la personne à l'université de Strathclyde en Ecosse. Avec Leslie Greenberg, il développe l'*Emotion Focused Therapy* (EFT). Dans cet article, Robert Elliott indique s'être toujours penché sur le fossé existant entre la recherche et la pratique. Il fait le constat que beaucoup de cliniciens restent sceptiques quant à l'intérêt d'une recherche qui ne serait «qu'un pâle substitut à l'expérience réelle en compagnie du client». Or, elle a «une visée politique» car «c'est ainsi que nous pouvons asseoir notre légitimité de thérapeutes».

Cette interview présente quelques grands axes des résultats de la recherche en psychothérapie. «La psychothérapie fonctionne pour toutes les différentes modalités thérapeutiques qui ont été suffisamment étudiées». «Il est possible que certaines approches ne soient pas fonctionnelles pour certains types de population». «La relation thérapeutique est le prédicteur de résultat le plus consistant». «Le thérapeute – la personne du thérapeute – a une incidence majeure». «Il y a de très fortes disparités entre thérapeutes quant à leur efficacité moyenne»... Au cœur des préoccupations de Robert Elliott, il y a la façon dont le thérapeute répond et prend en charge les challenges apportés par le client dans la relation thérapeutique.

Selon lui, si Carl Rogers a bien décrit la relation thérapeutique, la formulation qu'il en a faite n'a pas encore articulé «suffisamment clairement la façon dont il est réellement important pour le thérapeute d'être engagé émotionnellement avec son client, d'être dans un contact réellement attentionné avec lui, mais aussi d'être ouvert à la possibilité d'être défié, d'avoir à gérer des situations étranges et des difficultés relationnelles». Robert Elliott s'est toujours intéressé, dit-il, au travail avec des clients qui viennent confronter le thérapeute, aux difficultés rencontrées par les thérapeutes et aux stratégies qu'ils emploient pour y faire face. Il est alors question d'ancrage en soi-même, de savoir manier ses propres problématiques, de style d'attachement, de curiosité pour le monde de l'autre, d'ouverture à l'expérience, de capacité à prendre soin de soi, et bien d'autres choses encore «qui nous donnent du fond en tant que thérapeute».

L'article interroge également le mouvement intégratif en psychothérapie. Robert Elliott indique combien il aime le dialogue entre différentes perspectives. Il déclare être «plus pour la pluralité que pour l'intégration» et fait part de son inquiétude envers une «pratique intégrative qui engendrerait une sorte d'homogénéisation» et en viendrait à modéliser «une seule et unique thérapie pratiquée par tous». Plus avant, il indique que les études conçues pour établir la validité forte d'effets causaux tendent à s'écarter de la pratique clinique réelle. Les recherches cognitivo-comportementales basées sur la preuve, contrôlant des variables choisies, largement déterminées par les résultats d'essais cliniques randomisés captent les fonds de recherche, ont la faveur des compagnies d'assurances et des gouvernements. Ces recherches qui ont été riches d'enseignements sous bien des rapports privilégient cependant «les aspects techniques au détriment des corrélations (celles qui mesurent des choses comme la relation) ou des prédictions de résultats car on ne peut pas en inférer de causalité». Il n'est pas à perdre de vue que la recherche scientifique est compatible avec l'anthropologie des psychothérapies humanistes centrées sur la personne et expérientielles et notamment de la Gestalt. Ainsi Robert Elliott invite-t-il les thérapeutes – praticiens de la Gestalt dans le contexte de cet article – à expérimenter selon leurs besoins des outils et des méthodes de recherche accessibles. Les praticiens apprennent avant tout de leurs clients, de la formation, de la supervision, mais la recherche est nécessaire. Elle permet de nourrir la pratique tout au long du chemin.

Belasco, F. (2017)

Pour une recherche utile au thérapeute. Entretien avec Robert Elliott
Gestalt, 1, n° 50, pp. 181-193.

Carl Rogers et le courant humaniste

de Marc Olano

Dans la revue *Sciences Humaines*, Marc Olano s'interroge quant à savoir si l'humanisme est de retour. Il constate en tout cas que le courant humaniste qu'inspira Carl Rogers ne semble pas près de disparaître et que son rayonnement s'étend aujourd'hui bien largement au-delà du champ des psychothérapies.

Avant de reprendre quelques éléments de la biographie de Carl Rogers, l'auteur établit le lien entre une vision résolument optimiste de l'être humain et des courants philosophiques tels que l'existentialisme et la phénoménologie qui ont pour thème l'importance du vécu subjectif et de la liberté de choix. Plus loin, il insiste sur le fait que si la pensée de Carl Rogers est antistructuraliste, elle n'en est pas pour autant antiscientifique. Le journaliste illustre ces propos en reprenant quelques arguments qui positionnent l'Approche centrée sur la personne en rupture avec les modèles thérapeutiques longtemps dominants de la période de ses débuts que sont la psychanalyse (interprétation du symptôme, connaissance théorique structurée a priori, et neutralité du thérapeute) ou le comportementalisme (modification des comportements problématiques et protocoles d'intervention). L'innovation de Carl Rogers est illustrée par les paroles de Xavier Haudiquet (ACP France), Sandra Pedevilla (ACP Formation) et Geneviève Odier¹ qui mettent en avant les caractéristiques d'une démarche thérapeutique qui permet à la personne d'exploiter tout son potentiel et qui offre les conditions d'acceptation, de non-jugement, d'écoute compréhensive qui permettent à l'individu de mettre en lumière tous les aspects de sa personne. L'auteur retient le fait que c'est avant tout la relation qui soigne, et que l'implication personnelle ou les attitudes du thérapeute sont des éléments essentiels d'une approche humaniste, non-directive et centrée sur la personne qui réfute le lien savoir/pouvoir qui serait confisqué a priori par le thérapeute au profit de sa méthode ou de sa théorie.

Poursuivant son article, Marc Olano porte attention aux applications de l'Approche centrée sur la personne dans le domaine de l'éducation démocratique. Il n'est pas inutile de rappeler que l'influence de Carl Rogers dans les pédagogies nouvelles humanistes fut longtemps défendue en France par André de Peretti, pour qui l'autoévaluation était un enjeu

¹ Geneviève Odier est l'auteur d'un ouvrage intitulé *Carl Rogers. Être vraiment soi-même* publié aux éditions Eyrolles en 2012.

majeur au développement du système scolaire. Un encart présente une initiative existant actuellement en France : l'école à la croisée des chemins. Le paradoxe de la non-directivité accorde une démarche confiante d'apprentissage et de développement personnel avec l'instauration d'un cadre, de règles structurantes dans la classe.

S'interrogeant avec contraste, l'auteur n'élude ensuite pas le volet des critiques habituellement adressées à Rogers. Les propos de J. Filloux le présentent comme un solipsiste et un subjectiviste absolu ayant déployé une approche qui ne laisse pas de place à l'intellectualisation, à la rationalité et qui reste sans méthode, sans pensée. Enfin, l'article revient sur l'Approche centrée sur la personne, comme une réponse d'avenir aux tendances évaluatives d'une société dont les besoins de concision, d'économie et d'efficacité relèguent au second plan la qualité de l'écoute et les besoins humains de respect et d'attention. En réaction, l'humanisme serait donc tendance aujourd'hui : la psychanalyse s'intéresse à l'empathie, les nouvelles vagues du comportementalisme décortiquent les émotions, la communication non-violente évoque le langage du cœur, la psychologie positive insiste sur les facultés auto thérapeutiques des individus, etc. Sur un mode journalistique quelque peu accrocheur, Marc Olano semble prêt à y voir un retour de ce qu'il nomme – au risque malencontreux d'un amalgame trop rapide à notre sens – «le rogerisme». Quoi qu'il en soit, une chose semble certaine : les idées de Carl Rogers sont la base de la psychologie humaniste et inspirent encore de nombreux chercheurs, enseignants et professionnels de la psychologie, de la psychothérapie et de la santé. En France, les organismes de formation et l'AFP-ACP (Association Française de Psychothérapie dans l'Approche centrée sur la personne) sont bien installés. Ne boudons pas la conclusion de cet article : «Les idées de Rogers ne sont donc pas prêtes à être enterrées. Et il se pourrait bien que leurs années de gloire soient encore à venir...».

Olano, M. (2018)

Carl Rogers et le courant humaniste

Sciences Humaines, n° 301, pp. 52-57.