

Geneviève Odier

Carl Rogers
Être vraiment soi-même
L'Approche Centrée sur la Personne

© Groupe Eyrolles, 2012
ISBN : 978-2-212-55291-1

EYROLLES



Chapitre 1

Quelques éléments biographiques

« *Exercer son droit revient à parler pour soi, à exposer ses préférences et ses choix, tout en faisant son chemin à travers le monde*¹. »

BARRY GRANT

Carl Rogers, un des psychologues américains les plus renommés de sa génération, a fondé l'*Approche Centrée sur la Personne*. Il a posé les bases de cette approche humaniste en s'appuyant sur ses expériences personnelles et professionnelles, et l'a développée jusqu'à sa mort. Il avait à cœur d'élaborer ses découvertes à partir de sa clinique dans une dynamique empirique et phénoménologique. Avec lui, on se situe d'emblée dans le présent, dans la perception fine de ce qui surgit au moment même où cela est vécu.

Afin de mieux comprendre la pensée de Carl Rogers, il est important de connaître quelques parcelles de son histoire personnelle et d'avoir un aperçu du milieu culturel et social dans lequel il a évolué. L'influence manifeste de ce contexte mérite d'être précisée, car elle donne un sens plus exact du terreau d'où émergeront ses travaux.

1. Grant B., « La psychothérapie centrée sur la personne, une rencontre de personne à personne », *ACP-PR*, n° 9, La Queue-lez-Yvelines, 2009.

Les premières années

Carl Ransom Rogers est né le 8 janvier 1902 à Chicago, aux États-Unis. Quatrième d'une fratrie de six enfants, qui compte une fille et cinq garçons, il est élevé dans un cadre religieux et moral extrêmement strict. La famille Rogers est protestante et c'est dans un milieu traditionaliste et évangéliste qu'il grandit. Ses parents, protestants fondamentalistes, tous deux issus de familles implantées en Amérique depuis plus de trois cents ans, ont gardé un esprit « pionnier » dont Carl hérite et qui lui donna probablement ce caractère novateur et entreprenant qui le caractérisera tout au long de sa vie. Enfant, il n'est pas en très bonne santé et on lui prête une trop grande sensibilité, ce qui contribue sans doute à le rendre solitaire. Il se console en lisant et en s'échappant dans un monde imaginaire. Ces longues heures studieuses lui donnent une avance considérable sur les garçons de son âge. Il développe très jeune cette capacité de concentration et de constance dans les études. Ces aptitudes lui permettent de se distancier de ses camarades, signe de prématurité du précurseur qu'il deviendra. C'est pourtant auprès d'eux qu'il trouve la chaleur qui fait indubitablement défaut à la maison.

La sévère ambiance familiale ne laisse aucune place aux divertissements. L'isolement, le travail et la prière sont de rigueur. Bien que ses parents aiment leurs enfants et leur prodiguent une grande attention, ils exercent sur eux un contrôle permanent qui donne pourtant l'impression de leur laisser une certaine liberté. La réalité est tout autre et c'est une autodiscipline austère qui régit le comportement de chacun. Les règles ne sont jamais clairement exprimées, elles sont implicites et respectueusement appliquées, ne suscitant aucune contradiction. L'éducation, soutenue par une implication religieuse rigide, est rigoureuse et sans complaisance. Carl Rogers se souviendra longtemps des litanies de sa mère. Deux particulièrement lui reviennent souvent en mémoire. La première exprime la conviction qu'ils sont supérieurs aux autres et la seconde que, dans le meilleur des cas, le pécheur est misérable

relativement à Dieu. C'est à cette hiérarchie que Rogers s'opposera, et peut-être peut-on reconnaître ici ce qui deviendra plus tard chez lui un leitmotiv : l'égalité entre les personnes. Il n'adhérera pas à cette fatalité qui implique que l'homme ne puisse pas s'épanouir ni se libérer sans instance supérieure qui réglerait sa vie. Devenu étudiant, il prend goût à cette sensation de liberté qui lui deviendra chère. Ses premières relations, en dehors de la famille, lui ouvrent la voie de la découverte, et son enthousiasme, bien qu'empreint d'un certain idéalisme, ne cessera de stimuler ses recherches.

Un chercheur en puissance

Rogers a douze ans lorsque sa famille déménage à la campagne. Son père, ingénieur, veut se consacrer à l'exploitation d'une ferme selon les dernières méthodes de pointe. Le jeune Carl voit, dans ce qui ressemble à un exil, outre l'expansion de la situation financière de ses parents, leur préoccupation d'éloigner leurs enfants d'éventuelles mauvaises influences de la ville. Cependant, son père, qui valorise le labeur, encourage ses fils à créer leurs propres entreprises. Toutes les expériences à la ferme ont pour objectif de favoriser une démarche de prise d'autonomie. Carl Rogers met à profit cette stimulation et l'isolation est pour lui l'occasion d'explorer la nature. Il y puise de précieux enrichissements qui prendront une grande signification dans ses futures réflexions. Lecteur infatigable, il dévore des livres scientifiques et commence à se familiariser ainsi avec les procédures et la méthodologie. « À 14 ans, j'étudiais laborieusement des centaines de pages du livre de Morison : Alimentation et Nutrition, apprenant à faire des expériences, à comparer des groupes de contrôle avec des groupes expérimentaux. [...] J'appris combien il est difficile de vérifier une hypothèse¹. »

L'expérience ne s'arrête pas là. En parcourant la forêt aux alentours de la ferme familiale, il observe, avec patience et obstination,

1. Rogers C.R., *Le développement de la personne*, Dunod, Paris, 1968, 2005 pour la dernière édition.

le principe évolutif de la nature. Son intérêt pour le phénomène de croissance naît sans doute de ces longues promenades solitaires au cours desquelles il examine les animaux, les plantes et toutes les espèces vivantes, leurs comportements et leur maturation. Il y voit comment, malgré la rudesse de la vie en milieu rural, le processus de développement se maintient, et cela en dépit des éléments extérieurs parfois très peu favorables. C'est avec un étonnement teinté d'émerveillement qu'il scrute l'adaptation des espèces à leur environnement et leur capacité à défier les difficultés du quotidien. Ce sont là les prémices de sa foi dans la formidable aptitude de l'individu à l'épanouissement. Avec une constance inépuisable, Rogers tente de percer les secrets du mouvement de la vie. Ces élans de chercheur s'ancrent dans une réalité tangible et le conduisent à développer son intérêt pour l'évolution du vivant. Son appréhension fine de chaque phase de la transformation de la chenille en papillon pourrait être considérée comme le point de référence du déroulement du processus thérapeutique.

C'est donc tout naturellement que Rogers s'engage dans des études d'agronomie. Il s'inscrit à l'université du Wisconsin en 1919. Ces premières années sont marquées par une nouvelle forme de relations et d'expression, notamment grâce à la présence d'un professeur qui encourage son groupe d'étudiants à prendre des initiatives, se refusant à les diriger. Cet homme, peu banal, sème une graine dans l'esprit de Rogers. L'autogestion des groupes deviendra un concept fondamental dans ses recherches et ses expériences thérapeutiques. Rogers développe aussi, à sa grande satisfaction, des rapports amicaux, chaleureux et durables que son éloignement rural et les déménagements fréquents de la famille Rogers l'ont empêché d'établir dans son enfance. Parallèlement à ses études, inscrites dans un milieu très chrétien, Rogers participe à des discussions passionnées sur la religion. Stimulé par ces derniers échanges, il trouve rapidement dans ce domaine une nouvelle voie plus adaptée à ses idées émergentes et envisage très sérieusement de devenir pasteur. Il garde de son éducation religieuse certains

principes dont quelques-uns du théologien Paul Tillich¹ qui insiste sur l'importance de la dimension intérieure de la vie religieuse. Sa ferveur chrétienne s'enflamme tout en se détachant de l'orientation des croyances familiales. Elle s'épanouit dans une dimension éloignée de la froide rigueur qu'il a connue jusqu'alors pour se diriger vers une vibrante humanité. Il troque l'agronomie pour l'histoire de la religion afin de mieux se préparer au pastorat. C'est à peu près à cette période qu'il est choisi avec quelques autres jeunes Américains pour participer à un voyage en Chine dans le cadre de la fédération des étudiants chrétiens. Son étonnement et sa joie sont indéniables. La perspective de cette aventure suscite chez lui un grand intérêt et un formidable enthousiasme. Le voyage a lieu en 1922, il durera six mois.

Un voyage capital

Le choc culturel qui se produit pendant ce voyage en Chine perce une brèche dans la vision du monde de Rogers. Cette ouverture ne cesse de s'élargir et vient confirmer son mouvement vers l'indépendance. Rogers remarque, parmi la grande variété des hommes et des femmes qu'il rencontre, que chacun, avec la même sincérité et la même honnêteté, peut adopter des doctrines religieuses ou des concepts philosophiques très divergents des siens. C'est un éveil permanent à la diversité. Tout naturellement, cela l'entraîne à développer considérablement son champ d'investigations intellectuelles, sociales et religieuses. Quel contact a-t-il établi en Orient ? A-t-il été inspiré par des penseurs, philosophes ou Maîtres de grandes traditions millénaires qui préconisent une présence absolue à la réalité dans une acceptation paisible de ce qui est ? A-t-il rencontré ces fascinants personnages qui exhortent à la liberté ? Nous n'en savons rien. Quoi qu'il en soit, ces fructueuses expériences lui permettent de se dégager des opinions religieuses

1. Paul Tillich (1886-1965) : théologien protestant d'origine allemande, il vécut à Chicago, aux États-Unis. Très influent au XX^e siècle, il est l'auteur de nombreux livres, notamment de *Théologie systématique* en cinq volumes, et de *Courage d'être*.

de ses parents, qu'il ne lui est désormais plus possible de suivre. La nouvelle n'est pas très bien reçue chez lui et est à l'origine de bien des tensions familiales. Mais ce premier contact avec un monde interculturel, tellement éloigné de ce qui a peuplé son univers jusqu'à présent, est si décisif que rien n'aurait pu ni le détourner de ses récentes convictions, ni l'empêcher de les exprimer avec une totale sincérité. Durant ce voyage en Orient, les personnes qu'il côtoie, y compris les membres de l'équipe, tous très cultivés, qui encadrent le groupe, les conversations enrichissantes avec les autres étudiants, ou encore les découvertes qu'il fait sur le comportement des êtres humains pendant ces longs et passionnants échanges, auront une influence incontestable sur sa future vie professionnelle.

Appréhension de la liberté

Cette période marque, en effet, un premier tournant capital dans la vie de Carl Rogers. Il explore une nouvelle façon d'aborder sa vie en privilégiant son intuition. L'expérience en Chine lui a ouvert un vaste champ d'explorations relationnelles, une nouvelle vision des rapports humains. « *Grâce à ces six mois de voyage, j'avais pu librement, sans sentiment de culpabilité ou d'insécurité, penser à ma façon, dégager mes propres conclusions et prendre parti de mon propre chef. J'avais acquis à travers ce processus une assurance et une résolution qui ne pouvait plus vaciller*¹. »

C'est le début d'une vraie révolution interne qui modifiera tous ses repères. Il lui faut quelques mois pour intégrer cet élan de liberté naissante et d'appréhension du monde. Ce processus ne se fait pas sans mal. Un ulcère duodénal, déjà menaçant depuis l'âge de quinze ans, se déclare et l'oblige à interrompre momentanément ses études. Sous traitement médical, il ne peut plus se rendre dans le Wisconsin suivre ses études. Le message familial étant que le travail règle tous les problèmes, Rogers accepte de travailler dans un magasin de bois malgré sa faiblesse. Il met quand même ce temps à profit tant sur un plan personnel, puisqu'il se fiance

1. Rogers C.R., *Autobiographie*, op. cit.

avec Helen Elliot qu'il connaît depuis l'école primaire, que sur un plan professionnel puisqu'il s'inscrit pour la première fois à un cours de psychologie par correspondance avec l'université du Wisconsin. C'est son premier contact avec la psychologie. L'année suivante, il épouse Helen, quitte la maison familiale pour s'installer à New York avec sa femme et commence ses études à l'Union Theological Seminary, institut d'études philosophiques et religieuses. Dans cet établissement, la liberté de penser est encouragée, les réflexions individuelles respectées, ce qui n'est pas sans conforter les idées naissantes de Rogers. Son intérêt pour la psychologie se confirme et le pousse à suivre simultanément des cours de psychologie à l'université Columbia toute proche de l'Union Theological Seminary.

Une nouvelle direction

Plein d'enthousiasme et de passion, Rogers s'intéresse à la recherche scientifique, sans jamais perdre de vue l'importance de la place de la personne. Il porte un grand intérêt à nombre d'auteurs et de professionnels dans de multiples domaines, entre autres : l'éducation, la psychologie, la sociologie, les sciences, la biologie, la philosophie et la religion. De nouvelles options vont s'esquisser et le pousser à entrer au Teachers College de Columbia University en 1926, année qui est aussi celle de la naissance de son fils David. Ce n'est probablement pas un hasard si tous les professeurs, que Rogers apprécie déjà, sont eux aussi impliqués dans une démarche humaniste. Ainsi en est-il de W.H. Kilpatrick¹, philosophe de l'éducation, dont le travail en petits groupes et les idées sur l'autonomie et la recherche d'une voie personnelle stimulent particulièrement le jeune Rogers. C'est à cette époque qu'il découvre les travaux de John Dewey². Il est très intéressé par ses thèses,

-
1. Kilpatrick W.H. (1871-1975) : philosophe et pédagogue américain du XX^e siècle. Il fut l'élève puis le successeur de Dewey.
 2. Dewey J. (1858-1962) : philosophe et psychologue américain. Figure incontournable des réformes sociales et éducatives du XX^e siècle aux États-Unis.

notamment celle qui place l'expérience à la base de l'apprentissage. Un autre de ses professeurs, la psychologue clinicienne Leta Stetter Hollingworth¹ le marque par sa chaleur humaine et son souci de l'individualité de chacun. Rogers ne reste pas plus de deux ans à l'« Union » qu'il quitte définitivement pour se consacrer à ses études de psychologie. Au cours d'un séminaire d'études, qu'il organise avec d'autres étudiants, portant sur l'exploration de leurs propres questionnements, doutes et cheminements, il prend conscience qu'il ne peut suivre un enseignement qui ne convient pas à ses valeurs, et qui ne lui laisse pas la possibilité d'exercer une profession, sans qu'elle soit associée à une doctrine religieuse particulière. Ces notions émergentes laissent présager ce qui deviendra, au fil du temps, les prémices de l'Approche Centrée sur la Personne, comme il le relate dans son autobiographie : « *J'évoluais considérablement, construisant peu à peu une philosophie de l'existence. [...] J'avais envie d'un champ d'action où ma liberté de pensée ne serait sûrement pas limitée*². »

L'expérience de groupe

Les premiers contacts de Rogers avec la clinique eurent lieu pendant ces études, à l'occasion d'un enseignement organisé par des psychologues et des psychiatres qui s'intéressaient à des travaux de conseils individuels et des rencontres expérientielles en groupe. Ces « groupes expérientiels » étaient non structurés, sans consigne rigide. Ils laissaient aux étudiants l'opportunité d'aménager une séance de travail à leur convenance, libérant leur créativité. C'est à ce moment-là qu'il comprend qu'établir une relation d'aide avec des individus peut constituer un métier. Ces rencontres lui font réaliser que la stimulation des idées et la possibilité de partage de son vécu favorisent la découverte de l'autre et la connaissance de soi.

-
1. Hollingworth L. (1886-1939) : psychologue américaine et professeur d'éducation à l'université Columbia, elle dirigea de nombreuses recherches sur l'éducation et la psychologie féminine.
 2. Rogers C.R., *Autobiographie*, op. cit.

Tout au long de ses études et de ses diverses expériences dans l'éducation et l'enseignement, Rogers restera attaché à la formidable dynamique qui émerge des groupes, à la multitude de potentiels de progression pour chaque membre dans son individualité, mais aussi pour le groupe tout entier. Pour Rogers, l'attrance que les individus manifestent pour les groupes correspond à « *une faim de relations profondes et vraies dans lesquelles sentiments et émotions peuvent s'exprimer spontanément sans être plus ou moins étouffés ou prudemment censurés*¹ ». Les interrelations entre les personnes, la liberté de chacun de pouvoir s'exprimer ou pas, la possibilité que l'enseignant ou l'animateur ont aussi de se montrer avec sincérité devant les participants, bien que cela représente une certaine prise de risque, offrent à tous une extraordinaire expérience. Une relation particulière se crée entre les différents membres du groupe. Elle permet de se découvrir, de se contacter soi-même et de rencontrer les autres. Rogers souligne : « *Les groupes de rencontres conduisent à une plus grande indépendance personnelle, à moins de sentiments cachés, à une plus grande capacité d'innovation, à davantage d'opposition aux rigidités institutionnelles. Ils engendrent des changements constructifs*². »

Les premiers groupes auxquels Rogers prit part ont joué un rôle capital dans son expérience professionnelle. Ils lui ont fourni un matériel riche et foisonnant. Ce n'est là qu'une première étape, un avant-goût de ce que deviendront les « groupes de rencontre », tels que Rogers les établira à partir de son approche psychothérapeutique pratiquée en individuel.

Se libérer des dogmes

En 1927, Rogers obtient un poste d'interne à « The Institut for Child Guidance » (institution pour la protection de l'enfance) à Rochester où il restera douze ans. Sa première fonction se situe

1. Rogers C.R., *Groupes de rencontre*, op. cit.

2. *Ibid.*

dans le cadre de l'orientation des délinquants avant de les diriger vers des services sociaux. Rogers a accumulé un important savoir universitaire empli de connaissances diverses : différents courants psychologiques, behaviorisme et analyse freudienne ; approches méthodologiques, diagnostiques, scientifiques et statistiques, toutes représentatives des acquis de l'époque. Il commence sa pratique de clinicien en travaillant avec des enfants. C'est dans cet institut qu'il reçoit son premier client en thérapie. Dans les premiers temps, il applique les méthodes en vigueur, basées sur les mensurations et les statistiques. En 1928, année aussi marquée par la naissance de sa fille Natalie, il développe un test de personnalité pour les enfants, sujet de sa thèse de doctorat, qu'il soutient en 1931, et devient psychologue. À son grand étonnement, ce test sera encore utilisé trente-cinq ans plus tard. Mais ces méthodes où la dynamique de la personnalité et le propre avis du patient ne sont pas considérés lui paraissent vite limitées.

À l'évidence, ce qu'il a utilisé jusqu'alors pour aider ses jeunes délinquants ne produit pas les effets durables escomptés. Alors en formation et impressionné par les écrits sur la délinquance juvénile du Dr William Haely¹, Rogers tente d'appliquer ce qu'il en avait compris. Mais découvrir que la source des pulsions d'un pyromane se cache dans une pulsion sexuelle refoulée n'empêche pas un de ces patients de récidiver. Cela ne peut le satisfaire. Les questions posées aux patients, supposées les aider à découvrir leurs désirs inconscients, ressemblent pour lui à un véritable interrogatoire digne d'une enquête policière. De plus, ces méthodes astreignantes ne donnent qu'un résultat superficiel tout simplement parce que les patients sont dirigés vers une solution connue du psychologue, mais ils ne sont en rien sollicités dans leur propre vécu, alors que pour Rogers : *« C'est le client lui-même qui sait ce dont il souffre, dans quelle direction il faut chercher, ce que sont les problèmes cruciaux et les expériences qui ont été profondément*

1. William Haely (1869-1963) : psychologue et psychiatre américain, spécialiste de la clinique infantile. Son travail a notamment porté sur l'étude de la délinquance juvénile.

refoulés¹. » Rogers apprend également, non sans déception, à se dégager du savoir de l'autre comme unique référence, à prendre du recul par rapport à l'autorité et aux croyances de chacun, à ne pas donner tout crédit à une seule approche. Les maîtres peuvent se tromper. Il y a toujours quelque chose de nouveau à découvrir. Il a consciencieusement expérimenté les théories psychanalytiques et appliqué les méthodes dont il disposait et en a compris tous les écueils.

C'est à cette époque que Rogers entend parler d'Otto Rank² par Jessie Taft, une des étudiantes de Rank. Et en 1936, avec les membres de l'institut de guidance, l'invite à Rochester. Dans *Psychothérapie et relations humaines*, Marian Kinget cite une remarque que Rogers fit après ses échanges avec Otto Rank : « *Ses pensées eurent un véritable impact sur notre équipe et m'aiderent à cristalliser quelques méthodes thérapeutiques vers lesquelles nous nous dirigeons en tâtonnant. À cette époque je devenais un thérapeute plus compétent, et commençais à repérer un ordre récurrent dans cette expérience, un certain ordre qui était inhérent à l'expérience, et qui ne devait pas être imposé à l'expérience*³. » Cette brève rencontre avec Rank ne convint pas particulièrement à Rogers qui n'adhère pas à ses théories psychanalytiques. En revanche, il est marqué par sa manière d'entrer en relation avec les patients et la dextérité avec laquelle il maintient le lien. Il s'inspirera de la position égalitaire entre thérapeute et client que cela implique. C'est principalement le rôle premier qu'Otto Rank laisse à ses clients dans la direction de leur processus thérapeutique qui retient son attention. Peu avant sa mort, dans un entretien qu'il donna à Michèle Baldwin, en 1986, Rogers revint sur ces considérations : « *J'avais été impressionné par la manière de penser rankienne. Nous avons reçu Rank à Rochester*

1. Rogers C.R., *Le développement de la personne*, op. cit.

2. Disciple de Freud pendant de nombreuses années, Otto Rank en devint le dissident avec la publication de son livre *The Trauma of Birth* (Le traumatisme de la naissance). En 1926, il se rend aux États-Unis.

3. Carl R. Rogers, *A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships*, as developed in *The Client Centered Framework*, In Koch, Sigmund (ED.) *Psychology: The Study of a Science*, op. cit.

pour un atelier de deux jours et j'ai aimé cet atelier. Aussi, je décidai d'engager Elisabeth Davis, travailleuse sociale, formée à la Philadelphia School of Social Work (école de travail social de Philadelphie). C'est d'elle que me vint l'idée de répondre aux sentiments, de respecter les sentiments – je ne suis pas sûr qu'elle ait utilisé cette terminologie. Je ne crois pas que je lui aie beaucoup appris, mais elle m'a beaucoup appris¹. »

Au cours de ses expériences clinique à Rochester, Rogers acquiert une manière très personnelle de mener ses entretiens thérapeutiques. Il les nomme « entretien à visée thérapeutique », pour éviter les conflits avec les médecins. Les psychiatres sont en effet les seuls habilités à mener les entretiens psychothérapeutiques. Les deux champs, médecine et psychologie, sont bien différenciés. Dans sa recherche pour aider ses jeunes patients, Rogers se démarque déjà des autres pratiques psychologiques, y compris des méthodes analytiques qu'il connaît très bien. C'est dans ce contexte que Rogers exerce en bonne collaboration avec des psychiatres, jusqu'au jour où il est nommé, non sans heurts et de longues luttes, directeur du nouveau centre de guidance en 1939. À partir de ce moment-là, les relations avec ces mêmes psychiatres s'enveniment. Ils prétendent qu'un tel poste dans une structure médicale ne peut être assuré que par un psychiatre. En dépit des contestations, Rogers est le premier « non-psychiatre » à occuper une fonction de directeur dans un contexte de soins. Tous ces événements lui donnent une plus grande confiance en lui.

Rogers, déjà libéré des croyances imposées par la religion, s'émancipe également de celles de ses enseignants, et surtout de toutes les vérités supposées, établies par des méthodes rigides. Cela ne signifie pas qu'il rejette tous ces acquis, il est extrêmement reconnaissant de tout ce qui lui a été enseigné et garde un profond respect de la pensée de l'autre, mais il est maintenant sur le chemin de ses propres découvertes. Dans son autobiographie, il se souvient : « *Je*

1. Baldwin M., « Entretien avec Carl Rogers sur l'utilisation du self en thérapie », *ACP-PR*, n° 10, La Queue-lez-Yvelines, 2009.

m'aperçus que, de plus en plus, je me formulais un point de vue personnel à partir de mon expérience¹. » L'attention qu'il porte, avec une insistance croissante, à l'importance de se fier à sa propre expérience le fait évoluer dans une direction totalement différente des pratiques reconnues. L'enseignement qu'il retire de ces expériences le conduit, presque naturellement, vers une conception de la psychothérapie aussi novatrice que décriée.

Ces années passées à Rochester sont très fécondes. Ce sont également les années de parution de nombreux articles et une première publication, *The Clinical Treatment of the problem Child*², en 1939. La réputation de Rogers s'étend déjà au-delà de l'État de New York.

Des années décisives

Rogers obtient son premier poste universitaire à l'université d'État de l'Ohio à Columbus en 1940. À cette époque, il dit à ses élèves qu'il n'a pas besoin de théorie de la psychologie dans sa pratique. De sa façon originale d'enseigner à ses étudiants émerge l'idée d'élaborer ses expériences cliniques sous un angle nouveau. Les conférences qu'il commence à donner sur ce sujet ne sont pas sans susciter quelques polémiques dans le milieu thérapeutique. Mais déjà, rien ne peut plonger Rogers dans le doute. Il est persuadé de la pertinence de ses nouveaux apports. À la suite de sa conférence, « Les nouveaux concepts en psychothérapie », qu'il donne le 11 décembre 1940, à l'université du Minnesota, il rédige son premier manuscrit traitant du conseil pédagogique et de la psychothérapie. Deux ans plus tard, en 1942, sort *La relation d'aide et la psychothérapie*³. Cette première publication sur ce thème remporte,

1. Rogers C.R., *Autobiographie, op. cit.*

2. « Le traitement clinique des enfants en difficulté ». Pour l'édition américaine : Rogers C.R., *The Clinical Treatment of the problem Child*, Houghton Mifflin Harcourt, Boston, New York, 1939.

3. *Counseling and Psychotherapy*. Pour l'édition française : Rogers C.R., *La relation d'aide et la psychothérapie*, ESF, Paris, 1994.

à sa grande surprise, un vif succès. Rogers a trouvé sa voie, en se laissant guider plus qu'en faisant des choix, comme il le souligne : « *Je me sentis attiré par ce travail d'orientation psychopédagogique, [...] je m'y engageais sans grand effort et presque sans avoir conscience de faire un choix, en m'abandonnant tout naturellement à des activités qui m'intéressaient*¹. » Ainsi s'esquisse un thème, qui prendra une importance constante dans l'élaboration de la méthode de l'Approche Centrée sur la Personne : laisser émerger ce qui est juste pour soi en s'abandonnant naturellement, d'une certaine manière sans volonté particulière, mais dans une présence active à ses expériences.

Les bases qui vont constituer les principes de la thérapie centrée sur la personne émergent au cours de ces quatre années passées dans l'Ohio. Rogers suit son instinct, c'est son baromètre plus que n'importe quels autres encouragements ou conseils qu'il peut recevoir. Même lorsqu'il a lui-même de bonnes raisons de s'orienter vers une voie professionnelle plutôt qu'une autre, il choisit toujours ce qui l'intéresse vivement. Ce qui a le plus d'importance aux yeux d'un individu est sans aucun doute ce vers quoi il doit tendre. Rogers en fait l'expérience : « *Je pense avoir toujours eu l'intuition que s'il m'était donné de faire ce qui m'intéressait le plus, tout le reste s'arrangerait de soi-même*². » Ce qui le captive au plus haut point, c'est de mieux comprendre comment aider les personnes. Dans cette perspective, et sans doute grâce à l'assurance qui grandit en lui, Rogers est le premier à enregistrer des entretiens thérapeutiques, idée qu'il a eue quelques années plus tôt en 1938. Il va en explorer scrupuleusement le contenu dans ses futures recherches. Là encore, il fait preuve d'audace et d'originalité. L'enregistrement puis l'analyse des retranscriptions des entretiens thérapeutiques vont jouer un rôle capital dans l'appréhension de sa méthode.

1. Rogers C.R., *Le développement de la personne*, op. cit.

2. *Ibid.*

Ancrage empirique et théorique

Rogers passe les douze années suivantes à Chicago. Il se voit confier l'organisation d'un centre de conseils psychologiques à l'université de Chicago en 1945. C'est avec enthousiasme qu'il va entreprendre ce qui deviendra une véritable révolution dans l'éducation. Les cours qu'il dispense sont audacieux et visionnaires. Il applique avec art et conviction sa discipline naissante. Il réalise qu'il n'a pas besoin des théories en vigueur, mais de créer la sienne. Ces années sont très fructueuses dans différents domaines : écrits, développements théoriques, aménagements de nouvelles structures, idées créatives et réalisations originales. Rogers relate dans son autobiographie : « *Ces années de 1945 à 1957 passées à Chicago furent les plus productives et les plus enrichissantes de ma vie. J'appris à faire en sorte que tout le personnel se sentît libre, responsable du travail, de la prospérité et de l'avenir au Centre*¹. » Ces objectifs, chers à Rogers, se reflètent dans ses théories psychothérapeutiques, développées et rassemblées dans son troisième livre, *Client-Centered Therapy*², publié en 1951. Cet ouvrage réunit ses pensées et sa pratique et devient vite un texte de référence. Les notions de non-directivité, qui précède le terme de thérapie centrée sur le client, celle de cadre de référence interne, de subjectivité, de relation thérapeutique, de processus, sont sans cesse vérifiées expérimentalement. Elles prennent toute leur signification et trouvent naturellement leur place dans l'élaboration de cette jeune conception thérapeutique. Les principes s'affinent, se précisent, s'inscrivent dans un nouveau paradigme. L'Approche Centrée sur la Personne est née.

Pendant cette période faste au développement de l'approche, Rogers traverse des épreuves personnelles douloureuses provoquées par une relation thérapeutique difficile avec une cliente atteinte de troubles psychotiques. Il vit cette expérience comme

1. Rogers C.R., *Autobiographie*, op. cit.

2. Rogers C.R., *Client-Centered Therapy*, Houghton Mifflin Harcourt, Boston, 1951.

un échec et plonge dans une sorte de confusion dépressive. Plusieurs mois sont nécessaires pour qu'il s'en remette et en tire les bénéfices. Il saisit, avec une vive acuité, les limites que chacun doit reconnaître à la fois comme thérapeute et comme individu. Il mesure à quel point pouvoir demander de l'aide à des personnes compétentes est capitale.

Ce long séjour à Chicago porte Carl Rogers vers d'autres horizons. Sa notoriété s'accroît. Il est invité, à différentes reprises, à enseigner un semestre dans des universités prestigieuses, telle Berkeley, en Californie. Pour la première fois, il se prête à des démonstrations d'entretiens cliniques devant de grands groupes.

Du Wisconsin à La Jolla

Les activités thérapeutiques de Rogers se déploient dans divers champs d'exploration, notamment dans le contexte de la recherche en milieu psychiatrique. Pendant les quelques années qu'il passe à l'université du Wisconsin, de 1957 à 1963, Rogers s'intéresse de plus en plus aux expériences de groupes et commence à organiser des groupes de rencontres pour des enseignants, autres structures professionnelles. C'est dans cette période que son livre *Le développement de la personne*¹ paraît. Ce texte développe et détaille les principes de l'approche centrée sur le client et la philosophie que cette méthode sous-tend. C'est une œuvre majeure, à la fois personnelle et théorique, qui remporte un succès considérable. Elle sera traduite en plusieurs langues et contribuera largement à apporter à la renommée mondiale de Rogers.

Parallèlement au cours de psychologie qu'il donne à l'université du Wisconsin à Madison, Rogers entreprend avec une équipe de thérapeutes et de psychiatres une étude sur les effets de la relation thérapeutique avec des malades atteints de schizophrénie. C'est une ambitieuse recherche qui demande une énorme implication à

1. Rogers C.R., *Le développement de la personne*, op. cit.

chaque membre du personnel concerné. Les résultats ne seront pas aussi féconds que Rogers l'espérait. Ils donnèrent néanmoins lieu, en 1967, à la publication d'un livre détaillé, relatant les résultats de la recherche, *The Therapeutic Relationship and its Impact: A Study of Psychology with Schizophrenics*¹.

En 1964, il s'installe avec sa famille en Californie à La Jolla où il vivra jusqu'à sa mort. Il publie son autobiographie en 1967, puis son attention se tourne plus spécifiquement vers la communication et l'enseignement. Toujours davantage passionné pour les grands groupes de rencontre, il s'implique de plus en plus dans ce qui devient des groupes intensifs. Ces derniers événements feront l'objet de deux nouvelles publications, *Liberté pour apprendre*² en 1969 et *Groupes de rencontre*³ en 1970. En 1977, il publie *Un manifeste personnaliste*⁴. Sa femme Helen meurt deux ans plus tard. Les dernières années de sa vie sont principalement dédiées au développement des *workshops* à travers le monde et dans toutes sortes d'organisations. Dans ces déplacements internationaux, Rogers est toujours accompagné de collègues et de proches, notamment sa fille Natalie, devenue aussi une thérapeute très réputée. Il publie son dernier livre en 1980, *A Way of Being*⁵.

De sa vie riche et de la réalisation de son œuvre innovatrice et florissante, Carl Rogers a mis en évidence que le thérapeute qui a foi dans les capacités de l'organisme peut accompagner sans diriger et faire confiance à son intuition. Dans une liberté dépourvue de croyances aliénantes, il est possible d'atteindre l'autonomie

1. « La relation thérapeutique et son impact : une étude de la psychothérapie avec des schizophrènes ». Pour l'édition américaine : Rogers C.R., in *The Therapeutic Relationship and its Impact: A Study of Psychology with Schizophrenics*, University of Wisconsin Press, Madison, Wisconsin © 1967 by the Board of Regents of the University of Wisconsin System. Reproduit avec l'autorisation de l'université du Wisconsin.

2. Rogers C.R., *Liberté pour apprendre*, Dunod, Paris, 1993.

3. Rogers C.R., *Groupes de rencontre*, op. cit.

4. Rogers C.R., *Un manifeste personnaliste, fondements d'une politique de la personne*, Dunod, Paris, 1979, 1987 pour la dernière édition.

5. Rogers C.R., *A Way of Being*, Houghton Mifflin Harcourt, New York, 1995.

sans priver autrui de la sienne. Rogers nous propose d'oser être et de vivre notre propre philosophie de l'existence avec une pensée libre. Il aimait citer cette maxime de Kierkegaard : « Oser être soi-même. » Il meurt le 4 février 1987 à La Jolla en Californie.