

L'ORIGINALITÉ DE LA PENSÉE DE CARL ROGERS.-

LA PERSONNALITÉ DE CARL ROGERS: APERÇU BIOGRAPHIQUE.-

Carl Rogers est né le 8 janvier 1902 aux U.S.A. Il a été élevé dans une famille très unie où régnait une atmosphère religieuse et morale très stricte. Il était le quatrième de six enfants. Il avait douze ans quand son père acheta une ferme. Carl s'intéressa alors aux problèmes de l'agriculture.

Au collège de Wisconsin, il décide de devenir pasteur. En 1922 il est désigné, avec douze de ses camarades, pour aller en Chine à un congrès mondial de la Fédération des étudiants chrétiens. C'est une expérience d'une importance capitale pour Carl Rogers. Après ce voyage, il abandonne les croyances religieuses strictes de ses parents. En 1924, il décide d'entrer au "Union theological seminary", le collège le plus libéral du pays à l'époque, pour se préparer à sa vocation religieuse. Il y passe deux années.

Ce fut dans ce collège que Rogers obtint de l'administration, l'autorisation d'organiser un séminaire dont les questions des étudiants formaient le programme. La plupart des étudiants qui avaient participé à cette expérience arriverent à des conclusions qui leur firent abandonner définitivement l'idée d'une vocation religieuse. Ce fut le cas pour Rogers. Dès sa sortie de ce collège, il se maria.

De 1928 à 1940, est psychologue dans le cadre d'un service d'aide sociale et psychologique aux enfants, à Rochester dans l'état de New York.

De 1940 à 1945, il est professeur à Ohio state university.

De 1945 à 1957, professeur à l'université de Chicago.

De 1957 à 1963, professeur à l'université de Wisconsin.

En 1965, il quitte l'Université pour pouvoir se consacrer

crer plus librement à la recherche et il entre dans un Institut privé de recherche en Californie, où il consacre quinze heures par semaine environ au travail clinique et à la pratique de la psychothérapie.

LES PRINCIPAUX POSTULATS DE LA THEORIE DE CARL ROGERS.-

La notion-clé de la psychothérapie rogérianne est la capacité de l'individu à se prendre en charge, c'est-à-dire que tout "être humain a la capacité, latente sinon manifeste, de se comprendre lui-même et de résoudre ses problèmes à suffisance pour la satisfaction et l'efficacité nécessaires au fonctionnement adéquat". (Psychothérapie et relations humaines, Kinget et Rogers, page 28).

Il y a, en plus, chez l'homme, une tendance à actualiser cette capacité de se comprendre et de résoudre ses problèmes, tendance qui n'est pas le produit d'une éducation spécialisée, mais le patrimoine de l'espèce humaine.

Néanmoins, l'exercice efficace de cette potentialité ne se fait pas d'une façon automatique. L'exercice, ou actualisation, de cette capacité requiert un climat adéquat, c'est-à-dire un contexte de relations humaines positives, favorables à la conservation et au rehaussement du "moi"; autrement dit, elle requiert des relations dépourvues de menace ou de défi à la conception que le sujet se fait de lui-même (Op.cit. p.28).

Ces deux propositions sont à la base de toute la psychothérapie rogérianne.

La capacité de l'individu suppose, bien entendu, que la personne jouisse d'un état mental qui lui permette de s'engager dans un processus de relation interpersonnelle, fût-il élémentaire. Il est évident que l'individu qui se trouverait dans un état de confusion aiguë, incapable de se reconnaître, ou atteint de lésions cérébrales graves, ne pourrait pas exercer les capacités en question, Rogers parle de l'être humain sain et normal, pour lequel la capacité n'a rien de spécial, mais constitue un mode de fonctionnement naturel de l'individu.

L'homme a une capacité de connaissance réfléchie: il est capable de savoir et de savoir qu'il sait. Cette connaissance réfléchie est extrêmement importante parce que grâce à elle l'individu peut s'auto-évaluer et s'auto-corriger, ces deux opérations étant à la base de la capacité dont nous parlons.

La capacité de compréhension de lui-même n'est pas complète dès le début il s'agit plutôt d'un certain degré de compréhension qui, malgré son imperfection est suffisant à chaque pas du processus d'adaptation et d'intégration de la personne à la réalité de son environnement.

C'est une compréhension active orientée vers l'action. En ce qui concerne la capacité de l'individu de résoudre ses problèmes, il ne s'agit pas de solutions définitives, mais plutôt de solutions partielles qui aident la personne à atteindre la maturité qui lui permettra d'avoir un comportement satisfaisant dans son milieu de vie.

Le fondement de cette capacité serait ce qu'on appelle la tendance à l'actualisation de l'organisme.

LA THEORIE DE LA PERSONNALITE.-

a/. La tendance à l'actualisation.

D'après l'hypothèse de Carl Rogers, il existe un parallélisme entre les lois qui président au développement physique de l'individu et les lois qui régissent le développement de la personnalité, c'est-à-dire le développement du pôle psychique de l'organisme. Le processus d'organisation de l'expérience serait comparable, dans son orientation, au processus du développement physique. Ainsi que le corps humain atteint avec l'âge un développement harmonieux et complet, l'organisation du comportement s'effectuera dans le sens de la maturité et du fonctionnement adéquat, satisfaisant pour l'individu et objectivement efficace. Cette tendance à l'actualisation, d'après Rogers, est la plus fondamentale de l'organisme humain. Elle vise toujours à développer les potentialités de l'individu pour assurer à la fois sa

conservation et son enrichissement par rapport à ses possibilités et au milieu où il vit. En un mot, le but de cette tendance est l'épanouissement de l'individu. Tout ce que le sujet perçoit comme "rehaussant" pour lui sera l'objet de la tendance à l'actualisation.

A première vue, cette conception peut paraître excessivement optimiste et peu réaliste. En effet, si cette tendance est fondamentale chez l'homme, comment expliquer les problèmes si fréquents tant au niveau individuel qu'au niveau social?. Rogers répond à cette objection en disant que l'actualisation de cette capacité n'est pas automatique, et qu'il faut un climat humain propice, climat dans lequel le "moi" de l'individu ne se sent pas menacé. Ce climat, la tendance à l'actualisation et la notion du "moi" sont de l'ordre subjectif. Ce qui compte n'est pas le caractère intrinsèquement positif des conditions, mais leur perception subjective par le sujet. Il ne s'agit donc pas du moi tel qu'il existe en réalité mais du moi tel qu'il est perçu et vécu par le sujet. Ceci nous entraîne à considérer de près la notion du "moi" d'après Rogers.

b/. La notion du moi.

Le comportement de l'individu est déterminé par la conjugaison de la tendance à l'actualisation et la notion du moi. Le facteur dynamique du comportement sera cette tendance à l'actualisation, et le facteur régulateur serait le "moi". Dans le comportement, le "moi" fournirait la direction, et la tendance à l'actualisation serait la source de l'énergie.

Toutes les perceptions se rapportant au moi et toutes les relations du moi avec autrui constituent les matériaux dont est formée la structure du moi. On peut aussi considérer comme parties intégrantes de la structure du moi, les relations du moi avec le milieu ainsi que les valeurs que le sujet attache à ces diverses relations et perceptions. Cette configuration toujours organisée et cohérente se trouve néanmoins en continuel état de flux, elle est constamment changeante, mais elle est toujours disponible à la conscience. La notion du moi est donc cet ensemble cohérent, organisé et changeant de perceptions et relations

se rapportant au sujet lui-même. C'est la partie centrale de toutes les expériences de l'individu à chaque moment de l'existence.

La notion du "moi" est à la base de la théorie rogérianne de la personnalité, de la même façon que la tendance à l'actualisation se trouve aussi à la base de la théorie rogérianne de la thérapie. Le sujet perçoit le monde à travers le prisme du moi. Tout ce qui se rapporte au moi est valorisé. Tout ce qui n'a pas de rapport au moi a tendance à être négligé. En dernière analyse c'est le moi qui détermine l'efficacité ou le manque d'efficacité de la tendance actualisante. Cette efficacité dépendra du caractère réaliste de la notion du moi, c'est-à-dire de la congruence ou correspondance entre les attributs que le sujet croit posséder et ceux qu'il possède en fait.

Pour que la notion du moi soit réaliste, il faut qu'elle soit fondée dans l'expérience authentique du sujet, en un mot, fondée sur ce que le sujet éprouve réellement. Ceci nous amène à parler de la liberté expérientielle puisque cette liberté est la condition essentielle de l'expérience authentique.

c/. La notion de liberté expérientielle.

Cette liberté expérientielle "consiste dans le fait que le sujet se sent libre de reconnaître et d'élaborer ses expériences et sentiments personnels comme il l'entend" (op.cit. p.37). Si l'individu est obligé de nier, de cacher ou de déformer ses attitudes intimes afin de ne pas perdre l'affection ou l'appréciation des personnes importantes pour lui, il n'a pas la liberté expérientielle. Par contre, le sujet sera psychologiquement libre quand il pourra exprimer ses pensées, ses émotions, ses désirs et ses expériences tels qu'il les éprouve même s'ils ne sont pas conformes aux normes morales et sociales de son milieu de vie.

Quand quelqu'un est contraint à ne pas exprimer les sentiments qu'il éprouve parce qu'il risque de perdre l'affection de ceux qui jouent un rôle important dans sa vie, l'angoisse s'ing

talle en lui et cette angoisse le porte à réprimer d'abord l'extériorisation de ses sentiments et ensuite à nier leur existence même. Alors l'individu vit une situation fausse, il est tiraillé par son expérience vécue, par sa tendance à l'actualisation et par son besoin d'affection et d'estime de la part des personnes qui lui sont chères, l'exemple classique étant celui de l'enfant par rapport à ses parents.

Dans ces circonstances, le contrôle de son comportement s'avère difficile et le sujet devient désorienté, confus, névrotique. Une angoisse générale s'empare de l'individu, il se sent mal à l'aise, il ne sait plus ce qu'il pense ni ce qu'il veut, il ne peut pas prendre de décisions, et son comportement devient instable, peu efficace et peu satisfaisant. Tous ces débordements sont dus à l'aliénation du sujet par rapport à son expérience vécue. Et c'est précisément cette aliénation qui est à la base de la personnalité névrotique que Rogers veut aider avec sa thérapie.

d/. Le développement humain; théorie de la personnalité.

A la base de psychothérapie rogréienne, il y a une théorie de la personnalité, c'est-à-dire du développement humain.

L'hypothèse centrale de la théorie de la personnalité est que quand la tendance actualisante peut s'exercer sous des conditions favorables, c'est-à-dire sans entraves psychologiques graves, l'individu se développera dans le sens de la maturité. Par maturité, Rogers entend surtout l'autonomie et la responsabilité personnelles. La personnalité qui a atteint cette maturité va actualiser d'une façon maximale les potentialités de l'organisme, et nous entendons par organisme l'ensemble des fonctions psychophysiques constitutives de l'homme total.

Plus clairement, le développement de la personnalité suit un modèle comparable au développement physique qui aurait aussi, à un niveau plus élémentaire, une tendance actualisante qui déterminerait la différenciation des fonctions et organes

propres à la maturité physique. La seule différence se trouve dans le fait que pour la maturité morphologique et physiologique de l'organisme nous nous trouvons en face d'une tendance actualisante qui est une loi incontestable, tandis que pour les processus psychiques, l'hypothèse de la tendance actualisante devient beaucoup plus complexe, moins évidente et apparemment moins déterminante.

Nous avons déjà parlé du parallélisme qui existerait entre le développement physique quand nous avons abordé le problème de la tendance à l'actualisation, mais il nous semble que ce point est tellement important dans la théorie de Rogers, que si nous ne nous y attardons un peu, nous risquons de passer à côté de quelque chose d'essentiel et nous nous exposons à ne rien comprendre à la psychothérapie de Carl Rogers.

La question fondamentale qu'on peut se poser quand on considère cette conception optimiste du développement de la personnalité, est la suivante: comment se fait-il que la personnalité prenne spontanément et naturellement la direction positive vers l'autonomie et la responsabilité, c'est-à-dire, vers la maturité, car dans le domaine de la personnalité, il n'y a pas le déterminisme qui existe dans le développement physique?. Nous ne pouvons, non plus, nous appuyer sur le processus d'imitation sociale, puisque l'immaturité est tellement présente dans notre société que parfois on se demande si cette immaturité ne constitue pas la norme. Enfin, le bonheur et la satisfaction qui pourraient être la source du dynamisme personnel, on ne les trouve pas nécessairement dans un comportement autonome et responsable. Comment, donc, expliquer cette tendance de l'être humain à évoluer dans le sens de la maturité?. Question importante qu'on ne peut pas laisser sans réponse si la pensée de Rogers veut vraiment être prise au sérieux.

Nous allons essayer d'y répondre.

L'homme a un certain nombre de besoins fondamentaux d'ordre biologique, affectif et social. A mesure que l'individu s'achemine vers l'âge adulte, il prend conscience de la diversité de ses besoins fondamentaux et la somme de ses expériences s'ac

croît, entre le monde intérieur de ses besoins et le monde extérieur des moyens de satisfaire ces besoins. Il y a un changement constant de la signification et de l'importance subjective de certains éléments qui amènent l'individu à une appréhension plus rapide et plus réaliste des données de l'expérience; celle-ci est mieux évaluée et sert mieux à satisfaire l'ensemble des besoins. C'est ce qu'on appelle la disponibilité de l'expérience et son enrichissement progressif qui permettent les fonctions d'auto-évaluation et d'auto-correction; et ce sont précisément ces deux fonctions qui dirigent le comportement dans le sens de l'autonomie, de la responsabilité et de la maturité personnelles.

Si l'individu peut évaluer la mesure de plaisir et de profit que lui procure la satisfaction de ses besoins, son comportement sera, dans l'ensemble, adéquat, rationnel et social. En tenant compte de la variété de ses besoins, il tâchera de les satisfaire en harmonisant le mieux possible son expérience et son comportement afin d'atteindre un certain équilibre hautement satisfaisant. Ce serait donc la capacité de l'être humain à prendre conscience de son expérience, à l'évaluer, à la vérifier et à la corriger, ce qui exprimerait sa tendance au développement vers la maturité.

La direction positive vers la maturité serait due à la conjugaison de forces internes à l'individu et de forces externes à lui-même, ces dernières favorables à l'actualisation des premières.

En vue de ce qui précède ce n'est pas par hasard qu'on entend parler parfois de la "foi rogérienne". En effet, la seconde proposition rogérienne, c'est-à-dire la nécessité de conditions favorables à l'actualisation des capacités est tellement difficile à remplir et si rare qu'on la conçoit très mal si ce n'est en situation thérapeutique.

LA RELATION PSYCHOTHERAPEUTIQUE.-

La psychothérapie rogérienne est centrée sur les ressources internes du sujet, et son but principal est de créer les conditions favorables qui vont permettre au client, la réorganisation de sa personnalité à partir de sa tendance naturelle au développement et à l'actualisation.

Pour Rogers, la thérapie n'est pas un changement fabriqué à partir de rien; elle ne doit faire que favoriser un processus de changement spontané qui se trouve déjà chez le client, et pour cela l'attitude principale du thérapeute est une attitude de considération positive inconditionnelle du client. Mais pour être thérapeutiquement féconde, cette attitude doit être authentique. Elle doit être l'expression de sa personnalité, de sa conception de l'homme et de sa conception des relations humaines. Elle doit être vécue par le thérapeute s'il veut établir dans la relation avec son client l'atmosphère thérapeutique imprégnée de sécurité et de chaleur qui favorisera le déclenchement du processus interne de redressement vers l'autonomie et le fonctionnement optimal du client.

La sécurité est à l'origine de toute réorganisation psychique. Le trouble névrotique a pour origine la perception d'une menace, d'une atteinte, réelle ou supposée, au rehaussement du moi. Cette menace déclenche un processus de défense qui rétrécit le champ de la perception. Le névrosé vit une situation angoissante d'insécurité qui peut conduire au blocage complet de l'individu et à l'écroulement psychique.

Pour renverser la situation, il faut substituer à l'expérience de menace excessive une expérience de sécurité exceptionnelle. Le thérapeute doit s'efforcer de créer un climat où le sujet sente à l'abri de toute atteinte l'image qu'il se fait de lui-même. La sécurité interne du sujet, obtenue grâce à l'attitude de non-jugement du psychothérapeute, est un état psychique qui favorise la détente émotionnelle et la réorganisation des attitudes. Le client se sent libéré et il trouve la force nécessaire pour affronter l'angoisse et démanteler ses mécanismes de défense.

Cette sécurité interne consiste en un abaissement du niveau de l'angoisse et elle est plutôt une réponse à la personne du thérapeute qu'une réaction à l'activité de celui-ci. Le client est devenu conscient, grâce à l'attitude personnelle du thérapeute, d'être capable de reconnaître l'origine de ses difficultés et de posséder les moyens de les résoudre. Et tout cela se fait sans créer de liens de dépendance.

La seconde qualité de l'atmosphère thérapeutique est la chaleur. Sur ce point, nous sommes loin de la neutralité de la psychanalyse. Rogers insiste sur l'importance des rapports à caractère chaleureux et réciproque.

Maïs il faut s'entendre sur ce concept de chaleur. Il ne s'agit pas d'amitié, ni d'amabilité. Il s'agit plutôt d'une relation désintéressée. Cette attitude affective ne doit être ni trop intense ni trop modérée. Si le thérapeute adopte une attitude "trop intense", il peut induire le client dans l'erreur quant à la nature de ses sentiments en jeu; il peut alors enliser la relation dans les équivoques et les réactions de transfert que Rogers considère comme inutiles et incompatibles avec le respect du à la personne. Par contre, si l'attitude affective est trop faible, elle peut être considérée par le client comme un manque de confiance du praticien dans ses propres sentiments; cela provoquerait l'insécurité chez le client qui ne réussirait pas à activer les forces de croissance et d'actualisation de soi.

Dans la relation thérapeutique, il n'y a pas de place pour l'ambiguïté. Le client doit éprouver l'expérience d'être aimé, non d'une façon possessive, mais d'une manière qui lui permette de se sentir une personne distincte et libre. La formulation du phénomène thérapeutique en termes essentiellement affectifs est vraiment nouveau en psychothérapie, et c'est précisément l'originalité de la perspective rogérienne.

LES EXIGENCES POUR LE THERAPEUTE.-

Si le thérapeute arrive à créer le climat approprié, les rapports appropriés et les conditions appropriés, il se produira chez le client un processus de mouvement thérapeutique. Mais on peut se demander quel est ce climat, et quelles sont ces conditions?. D'après Rogers, la question la plus importante est de savoir si le thérapeute peut être lui-même, s'il peut être réel dans la relation thérapeutique. Cette qualité est appelée par Rogers: l'authenticité.

Au fur et à mesure que les années passaient, Rogers a donné de plus en plus d'importance à l'authenticité. Il l'appelle aussi la congruence. Et c'est en vertu de cette congruence que le thérapeute peut exprimer ce qu'il ressent en lui comme quelque chose de présent dans sa conscience et qui ressort dans ce qu'il communique. Dans un certain sens, lorsque le thérapeute possède cette qualité, il se sent tout entier dans la relation thérapeutique. Il s'agit d'une sorte de transparence dans le rapport avec le client, de telle façon que le thérapeute est disposé à ce que le client voie à travers lui qu'il n'y a rien de caché. Lorsque le praticien est authentique, ses propres sentiments surgissent sous forme consciente et peuvent s'exprimer, mais s'exprimer de manière à ne pas s'imposer au client.

Le thérapeute ne peut pas simuler l'intérêt qu'il ne ressent pas. En fait, si le client lui déplaît trop, il vaut mieux qu'il le lui dise. Mais il sait que le processus de la thérapie ainsi qu'un changement constructif se produiront plus sûrement s'il ressent une véritable estime spontanée pour cette personne en tant qu'individu séparé. On peut appeler cette qualité l'acceptation de l'autre tel qu'il est, l'intérêt pour l'autre ou l'amour non possessif.

Une autre qualité indispensable pour le thérapeute est l'empathie, c'est-à-dire la capacité de comprendre de l'intérieur le monde intérieur du client, de le voir à travers ses yeux à lui. Il lui faut être suffisamment sensible pour évoluer

à l'intérieur du monde de ses sentiments, afin de pouvoir ressentir non seulement les significations plus superficielles, mais quelques-unes des significations plus profondes. Si le thérapeute peut entrer dans le monde des expériences de son client "comme si" ces expériences étaient les siennes, le mouvement thérapeutique et le changement seront beaucoup plus probables.

LES RESULTATS SOUHAITES.-

Si, à l'authenticité, à l'acceptation de l'autre dans sa différence et à l'empathie, s'ajoutent une conception positive et libérale de l'homme, une maturité émotionnelle chez le thérapeute et une profonde compréhension et acceptation de soi, une série de processus thérapeutiques vont se déclencher chez le client. Celui-ci examinera certains de ses sentiments et de ses attitudes plus profondément. Il sera capable de découvrir certains aspects cachés de lui-même dont il n'était pas conscient auparavant. En se sentant estimé par le thérapeute, il est probable qu'il en viendra à s'estimer davantage lui-même. En sentant que le thérapeute comprend certaines de ses significations, il pourra alors s'écouter davantage, écouter ce qui se passe au sein de sa propre expérience, écouter certaines des significations qu'il n'a pas été capable de saisir auparavant. Et s'il ressent chez le thérapeute l'authenticité, il sera sûrement capable d'être un peu plus authentique lui-même. Il y aura aussi un changement dans sa manière de s'exprimer: d'un état où il est loin de ce qui se passe en lui, il pourra se mouvoir plus près de son expérience immédiate, devenir capable de ressentir et d'explorer ce qui se passe en lui dans l'instant immédiat: d'un état où il se désapprouve lui-même, il est possible qu'il se dirige dans le sens d'une acceptation de lui-même.

Partant d'une espèce de peur de la relation, il se peut qu'il devienne capable d'entrer en relation plus directement et qu'il aille ainsi plus directement à la rencontre de l'autre.

D'une conception de la vie rigide, il pourra ensuite évoluer vers des manières plus souples de construire son expérience et d'en voir les significations. A partir d'un point de reformulation qui se situe en dehors de lui, il est très possible qu'il en vienne à reconnaître en lui-même une plus grande capacité de porter des jugements et d'en tirer des conclusions. Voilà quelques changements caractéristiques du processus de la thérapie ou du mouvement thérapeutique rogerien.

LA DIFFERENCE AVEC LA PSYCHANALYSE FREUDIENNE: TRANSFERT ET DEPENDANCE.-

La méthode employée par le psychothérapeute rogerien est celle de la reformulation des sentiments du client: il reformule ce qui lui apparaît de plus profond chez le client dans les mêmes termes que ce dernier a employés. A première vue, cette manière de répondre paraît insignifiante et répétitive, mais en fait elle est d'une efficacité étonnante. Pour la première fois de sa vie, peut-être, le client se voit comme dans un miroir. La reformulation du thérapeute est un reflet qui permet au client de s'apercevoir en face de lui-même. Cette objectivation de ses problèmes personnels est le début de leur maîtrise et elle facilite la prise de conscience autonome de l'expérience vécue.

Rogers croit à l'existence du transfert. Le patient répète un certain nombre d'attitudes du passé, vis-à-vis de son entourage. Mais pour Rogers, ces attitudes transférentielles ne sont pas l'essentiel du processus thérapeutique. Pour lui, c'est la relation réelle avec le thérapeute qui est essentielle. Alors que pour Freud, l'attitude du transfert est le levier essentiel de la thérapie.

Rogers pense que les attitudes transférentielles du patient sont des attitudes de dépendance. Si on les favorise, on favorise une dépendance qui risque de s'accroître et de ne plus pouvoir se défaire par la suite. Mais, si c'est la relation qui est importante, la réalité du thérapeute permet au patient de découvrir ses attitudes transférentielles et d'en être conscient.

Rogers ajoute qu'une telle attitude n'engage pas une relation de dépendance comme celle qui risque d'exister en psychanalyse freudienne. Pour lui, le fait de montrer sa réalité est un moyen de montrer sa différence et donc d'éviter la dépendance.

On peut être d'accord avec cette conception, mais j'aimerais formuler une petite remarque. Dans certains cas, le sujet n'est pas du tout conscient de la déformation de ses projections ou perceptions. Le thérapeute lui-même ne peut pas comprendre les réactions de son patient, alors dans ce cas-là, je suis d'accord avec Freud pour dire que la seule façon, pour le thérapeute, d'arriver à une certaine évolution, est le transfert.

J'ai voulu dire ces quelques mots sur le transfert dans la thérapie rogérienne avant de finir ces notes de recherche, parce que je considère que c'est un point important à souligner qui nous montre un des aspects qui différencie la thérapie rogérienne de la psychanalyse freudienne.

CONCLUSION.-

La thérapie rogérienne "centrée-sur-le client" repose fondamentalement sur la personnalité du psychothérapeute. L'idée de la primauté des qualités personnelles du praticien est reconnue par les rogériennes plus, probablement, que par toute autre école de thérapeutes.

L'hypothèse fondamentale de cette théorie est que l'individu est capable de se diriger lui-même et qu'il peut traiter d'une manière constructive tous les aspects de sa vie qui peuvent parvenir au champ de sa conscience.

Tout individu a une double capacité:

a) une capacité à percevoir des aspects cachés de l'expérience qui sont en contradiction avec le moi;

b) une capacité à réorganiser la personnalité de telle sorte qu'elle soit bien adaptée avec la totalité de l'expérience.

Il suffit pour cela de créer le climat approprié.

Le véritable élément thérapeutique est la relation empathique et authentique entre deux personnes, relation qui exclut toute sorte de dépendance et qui crée les conditions indispensables de processus thérapeutique.

Pour Rogers, l'aspect positif de la thérapie ne se passe pas au niveau transférentiel, mais au niveau du vécu réel, au niveau de la relation. Dans sa thérapie, il y a en fait une réduction de la distance entre le moi réel et le moi idéal, en grande partie construit par les autres.

Chez Rogers, il y a toujours eu concomitance et coordination entre activité intellectuelle et action thérapeutique; pour lui, le conflit psychique n'est pas fondamental. Ce qui est mis en valeur, c'est le besoin de congruence.

L'originalité de la pensée de Rogers réside dans son optimisme fondamental et dans la confiance qu'il fait aux possibilités de l'être humain.

NORBERT NIUBO

Paris.-

BIBLIOGRAPHIE.-

Ouvrages majeurs de Carl F. Rogers:

- El desarrollo de la persona; Dunod, 1966.-
- La relación de ayuda y la psicoterapia; Ed. Sociales Franc. 1970.-
- Libertad para aprender; Dunod, 1971.-
- Psicoterapia y relaciones humanas; Rogers et Kinget, Publications Universitaires de Louvain (2 tomes).-
- The clinical treatment of the problem child.-
- Counseling and Psychotherapy. Newer concepts in practice.-

- Psicoterapia centrada en el cliente. Práctica, implicaciones y teoría.- Ed. Paidós Barcelona, 1972.-
- Psychotherapy and Personality Change.-
- A theory of therapy, personality, and interpersonal relationship as developed in the client-centered framework.-
- El proceso de convertirse en persona. Mi técnica terapéutica.- Ed. Paidós Barcelona, 1961.-
- Person to Person. The problem of Being Human.-
- Autobiografía: A history of psychology in autobiography.-
- Freedom to learn: A view of what education might become.-
- Psychotherapy: The Counselor, y Psychotherapy: The Client.- 16 mm. motion pictures with sounds. Distributed by Bureau of Audio-Visual Aids, University of Wisconsin, 1960.-
- Significant trends in the client-centered orientation. En D. Brower, y L. E. Abt (Eds.) Progress in Clinical Psychology.- vol.IV New York: Grune & Stratton, 1960.-
- Con A. Walker y R. Rablen. Development of a scale to measure process changes in psychotherapy. J. Clinical Psychology.- 1960.16
- Dialogue between Martin Buber and C. R. Rogers. Psychology 1960
- The process of personality change in schizophrenics and normals during psychotherapy: research investigations Unpublished paper, University of Wisconsin, 1960.-
- To be the self which one truly is: A therapist's view of personal goals. Pendle Hill Pamphlet n. 108, Pendle Hill Publications, 1960.-
- Two divergent trends. In Rollo May (Eds.) Existential Psychology New York, Rondon House, 1961.-

- The Process equation of psychotherapy. Amer. J. Psychotherapy; 1961, 15
- A theory of psychotherapy with schizophrenics and a proposal for its empirical investigations. En J.G.Dawson H.K.Stone, y N.D. Dellis (Eds.) Psychotherapy with Schizophrenics. Baton Rouge: Louisiana State University Press, 1961.-
- The role of the person in the new world of the behavioral science. Personnel Guid. J.; 1961, 39.-
- Psychotherapy today: or where do we go from here? Adress to the Sixth Annual Convention of American Academy of Psychotherapists, 1961.-
- Active listening.-
- On Becoming a Person: Atherapist, view of psychotherapy; Houghton Mifflin Co., 1961.-
- This is me; en C.R.Rogers, On Becoming A Person; cap.1, 1961.-
- A tentative formulation of a general law of interpersonal relationships. En C.R.Rogers, On Becoming a Person, cap.18, 1961.-
- The growing power of the behavioral asciences. En C.R.Rogers, On Becoming a Person; cap. 20, 1961.-
- A study of psychotherapeutic change in schisophrenics and normals: The desing and intrumentation. Psychiatric Research Reports;1962 15.-
- The interpersonal relationship: the core of guidance. Harvard Educat. Rev.; 1962, 32.-
- Some learnings from a study psychotherapy with schizophrenics. Pennsylvania Psychiat. Quart.; 1962, Summer.-
- Learning to be free. En S.M. Fa ber y R.H.Wilson (Eds.) Conflict and Creativity: Control of the Mind; Part. W. New York, McGraw-Hill, 1963.-

- The concept of the fully functioning Person. Psychotherapy Theory, Research and Practice; 1963, 1.-
- The actualizing tendency in relation to "motives" and to consciousness. Paper given at the Nebraska Symposium on Motivation, on Feb. 21 and 22, 1963.-
- Toward a science of the person. Paper prepared for a symposium on "Behaviorism and Phenomenology: Contrasting bases for Modern Psychology". at Rice University, Houston, Texas, on March 20-22, 1963.-
- Freedom and commitment. Address to the American Humanist Association at Washington, D.C. on March 14, 1964.-
- Toward a modern approach to values: the valuing process in the nature person. J. Abnorm. Psychol.; 1964, 68
- Client-centered therapy. (En espera de publicación en American Handbook of Psychiatry; S.Ariety, editor).-
- Introductory remarks: Symposium on the future of client-centered therapy. Papers given at APA Symposium on the future of Client-Centered Therapy, SEpt. 1964.-
- What psychology has to offer to teacher education. Paper prepared for Conference on Educational Foundations, Cornell University. 1964.-
- The therapeutic relationship: recent theory and research Australian J. Psychology; 1965, 17.-
- Dealing with psychological tensions. J. Applied Behavioral Science; 1965, 1.-
- A Humanistic conception of man. En R.F.Farson (Eds.) Science and Human Affairs; Science and Behavior Books, 1965,-
- To facilitate learning. En NEA Handbook for Teachers. Innovations for Time to Teach; Washington, D.C.: Project Time to Teach, Mal-

com Provus, Director dept. of Classroom Teachers, NEA, 199.-

- The facilitation of significant learning. En L. Siegel (Ed.)
Contemporary Theories of Instruction; San Francisco, California:
Chandler Publishing Co., 1966.-
- The interpersonal relationship in the facilitation of learning.
Lecture given at Harvard Unive., April 12, 1966.-
- Con Eugene T. Gendlin, Donald J. Kiesler y Charles B. Truax. The
Therapeutic Relationship and Its Impact: A Study of Psychothera
py with Schizophrenics; Univ. of Wisconsin Press, 1967.-
- Con Barry Stevens. Person to Person: The Problem of Being Human;
Real People Press, 1967.-
- Con William R. Coulson Man and the Science of Man; Columbus:
Charles E. Merrill, 1968.-
- Con William R. Coulson Freedom to Learn; Columbus: Charles E.
Merrill, 1969.-