

# Textes choisis

*A propos de la relation thérapeutique conçue dans une perspective existentielle :*

Martin Buber, Maurice Friedman

Rollo May, Thomas Szasz, Otto Rank

*Choix et traductions de Noël K. Salathé*

## LA RELATION JE-TU EN PSYCHOTHÉRAPIE

*Extrait de **Martin Buber** : Je-Tu, postface à la seconde édition, 1957, non reproduite dans l'édition française.*

« Les gens demandent : qu'en est-il de la relation Je-Tu entre les personnes ? Est-elle toujours entièrement mutuelle ? Peut-elle l'être, est-elle autorisée à l'être ? N'est-elle pas, comme tout ce qui est humain, sujette à nos insuffisances et n'est-elle pas, de plus, limitée par les lois internes qui régissent notre vie les uns avec les autres ?

Le premier de ces deux obstacles est certainement suffisamment familier. Tout, depuis notre expérience personnelle de regarder jour après jour dans les yeux de notre "prochain" qui a besoin de vous après tout mais répond avec la froide surprise de l'étranger, jusqu'à la triste condition des grands sages qui ont constamment offert en vain ce don généreux, tout nous dit que la mutualité complète n'est pas inhérente à la vie des hommes les uns avec les autres.

Ainsi, il y a de nombreuses relations Je-Tu qui par leur nature même, et pour rester fidèle à cette nature, ne pourront jamais se déployer en mutualité complète.

Un autre exemple, tout aussi instructif, des limites normatives à la mutualité, se rencontre dans la relation entre un véritable psychothérapeute et son patient. S'il se contente d'analyser son patient, c'est-à-dire de mettre en lumière des facteurs inconscients de son microcosme et d'appliquer à un projet conscient les énergies qui auront été transformées par cette émergence, il est possible qu'il effectue avec succès certaines réparations. Au mieux il aidera une âme diffuse dont la structure est déficiente à atteindre au moins un degré de centration et d'ordre. Mais il ne peut s'acquitter de sa vraie tâche qui est de régénérer un centre personnel atrophié. Cela ne peut être réussi que par une personne qui saisit avec l'œil profond du thérapeute l'unité latente, enfouie, de l'âme qui souffre, ce qui ne peut être effectué que si elle s'engage comme partenaire dans une relation de personne à personne et jamais par l'observation et l'examen d'un objet. Pour favoriser de manière cohérente la libération et l'actualisation de cette unité dans une situation nouvelle dans laquelle la personne se confronte au monde, le thérapeute, tout comme l'éducateur, doit se tenir non seulement à son pôle de la relation bipolaire, mais aussi à l'autre pôle où il fait l'expérience des effets de ses propres actions. Une fois encore, la relation "soignante" comme telle cesserait dès que le patient déciderait de mettre en pratique sa propre capacité d'embrasser et serait capable d'éprouver les choses également du point de vue du thérapeute. Soigner, tout comme éduquer, nécessite que l'on vive en confrontation en étant cependant à l'écart. »

**Maurice Friedman** commentant le passage ci-dessus  
(in *Journal of Humanistic Psychology*, Vol. 28, N° 4,  
Automne 1988) ajoute :

« Une situation commune ne signifie pas que chacun y entre dans une position égale ni même similaire. En psychothérapie, la différence de position a trait non seulement à la posture personnelle, mais également au rôle et à la fonction, une différence conditionnée par la différence de motif qui a amené chacun à s'engager dans la relation. Si l'objectif est commun – guérir le patient – le rapport à cet objectif est radicalement différent pour le thérapeute et pour le patient, et la restauration qui s'effectue dépend autant de la reconnaissance de cette différence par le thérapeute que de la mutualité de la rencontre et de la confiance. »

## MARTIN BUBER ET LA CONFIRMATION

Extrait d'un article de **Maurice Friedman** intitulé  
Problèmes de confirmation en psychothérapie, *paru dans le Journal of Humanistic Psychology*, Vol. 34, N° 1,  
hiver 1994.

La confirmation dans l'acception que Martin Buber donne à ce terme est essentielle pour que chacun devienne soi-même avec d'autres personnes, et est centrale dans la thérapie dialogale. La confirmation signifie confirmer la singularité de l'autre personne en la rendant présente par "inclusion", ou en "imaginant le réel". Savoir que l'on est rendu présent par l'autre en ce que nous sommes, et en ce que nous sommes appelés à être, induit un profond devenir sur soi. L'affirmation (ou acceptation) n'est que le début du dialogue thérapeutique, la confirmation inclut également la confrontation – aider les clients avec et contre eux-mêmes en prenant part à leurs efforts pour mener le tourbillon désorienté dans la direction de notre dialogue avec la vie.

## OTTO RANK ET LA RELATION THÉRAPEUTIQUE

Cité par **Rollo May** in *The Psychology Of Existence*, *Mc Graw-Hill Inc., New York 1995*.

L'objectif de la thérapie de Rank est d'aider le client à atteindre la liberté dans le cadre d'une structure appropriée. La question de savoir ce qui est "approprié" pour un client donné touche au cœur même de l'approche de Rank. Cela va émerger d'une intense rencontre "ici et maintenant" avec le client, dans laquelle les conditions réelles de vie sont simulées. Cela signifie que non seulement les projections enfantines mais encore les relations présentes, thérapeute-client, sont légitimées. Pour Rank « le thérapeute peut faire tout ce qu'il estime être pertinent pour le processus et moment de psychothérapie avec un individu particulier pour autant qu'il en prenne la responsabilité, et traite de manière aidante, ce qu'il a précipité chez le client. »

## THOMAS SZASZ : LA RELATION THÉRAPEUTIQUE ET L'EXISTENTIEL

*Thomas Szasz in Préface à la nouvelle édition américaine (1998) de L'éthique de la psychanalyse.*

« J'envisage le contrat thérapeutique – l'entente entre le patient et le thérapeute sur la nature et le but de leur rapport et leur respect mutuel de ses termes – comme fournissant les conditions pratiques qui rendent possible la rencontre thérapeutique. Cela seul et rien de plus ne peut être énoncé ou spécifié. A l'intérieur de cet espace, la relation entre les participants doit être aussi naturelle, spontanée et improvisée qu'est la relation

entre d'autres personnes qui se respectent l'une l'autre (et peut-être ont de l'affection mutuelle). En conséquence, dans cette perspective il n'y a pas, il ne peut y avoir, de chose dénommée **technique psychanalytique** ou **méthode psychothérapique**. Si un thérapeute doit aider le patient de la manière dont je le décris, alors sa relation au patient ne peut être une technique, et ne peut être réduite à cela, tout comme le rapport d'une personne avec les membres de sa famille et ses amis ne peut être une technique, et ne peut être réduit à cela. »

## ROLLO MAY ET L'EXISTENTIEL IN *EXISTENTIAL PSYCHOLOGY* (1961)

*Cité par Keith Hoeller, in Introduction à la ré-édition de Existential Psychology (1990), (C)*

« En psychologie et en psychiatrie, le terme " existentiel " démarque une attitude, une approche des êtres humains, plutôt qu'une école particulière. Il est sans doute peu raisonnable de parler d'un psychologue ou d'un psychiatre "existentiel" par opposition aux autres écoles. L'existentialisme n'est pas un système thérapeutique, mais une attitude à l'égard de la thérapie. Bien qu'ayant mené à de nombreux progrès dans la technique, il s'agit non pas d'un autre ensemble de techniques mais bien d'un souci – qui doit sous-tendre toute technique – de comprendre la structure de l'être humain et son expérience. C'est pourquoi il est raisonnable (...) de dire que tout psychothérapeute est existentiel dans la mesure où il est bon thérapeute. »

