

Art-Expressivité-thérapie de formation ACP*: (Approche Centrée sur la Personne) selon Carl Rogers et Natalie Rogers.

Nathalie Rogers (1928-2015) docteur en psychologie, s'est d'abord tournée vers l'art avant de devenir psychologue clinicienne à Boston. Nathalie est le fille de Carl Rogers.

Carl Rogers (1902-1987) est un psychologue américain, un psychothérapeute, un universitaire, un pédagogue, un chercheur, et l'auteur de nombreux livres. Il est le fondateur de l'Approche Centrée sur la Personne et de la Psychothérapie Centrée sur la Personne.

En 1974 elle rejoignit son père, Carl Rogers, à La Jolla et créa avec lui le premier atelier sur l'Approche centrée sur la personne. En tant que formatrice, elle facilita des ateliers en Europe, Russie et Amérique latine. Elle a su mettre en relief le potentiel créatif de l'Approche centrée sur la personne et a fondé le « Person-Centered Expressive Arts Associates ». Elle est l'auteur de ***The Creative Connection : Expressive arts as Healing***.

"Dans son chapitre sur la créativité, remarquablement bref et concis, Carl R Rogers discute du **besoin social urgent d'éveiller le processus créatif et des conditions de centration sur la personne sous lesquelles il peut s'épanouir**.

Il établit les conditions pour développer la créativité constructive :

1. la première est le sentiment d'être psychologiquement en sécurité, ce qui suppose d'accepter l'individu comme quelqu'un qui a une valeur inconditionnelle, la compréhension empathique, et le fait d'offrir un climat de non-jugement.
2. La seconde condition est un climat pour la liberté psychologique (C. R. Rogers, 1954). À ces deux conditions j'ai rajouté
3. la troisième condition : offrir des expériences qui stimulent et interpellent .

"Utiliser le mouvement, l'art visuel, le son, l'écriture, tout ça à la suite avec très peu de verbalisation nous aidait à accéder à notre personæ inconsciente et archétypale et menait à des prises de conscience de nos problématiques personnelles.

Attitudes fondamentales dans la pratique ACP:

1. En tant que facilitateur, nous suggérons des possibilités pour ces expérimentations, mais avec une manière très centrée sur la personne selon C. R. Rogers, , nous faisons toujours le point avec la personne impliquée.
2. Le client ou le membre du groupe pouvait choisir de participer ou pas et nous suivions sa volonté.
3. Nous créons un environnement sécurisant, sans jugement,
4. en donnant aux gens stimulus et permission d'ôter leurs masques sociaux pour explorer leurs vérités intérieures.
5. *Après une heure ou plus de ce processus créatif engageant, nous parlions de ce que nous avons appris à travers notre art. C'était un moment pour une écoute profonde et empathique.*
6. Nous n'interprétons jamais l'art de quelqu'un. Je suis farouchement opposée à l'art-thérapie analytique, comme Carl l'était à la psychothérapie analytiqueNous créons un environnement sécurisant, sans jugement, en donnant aux gens stimulus et permission d'ôter leurs masques sociaux pour explorer leurs vérités intérieures."

Art-Expressivité-thérapie de formation ACP: (Approche Centrée sur la Personne) selon Carl Rogers et Natalie Rogers.*

Ref/1:Rogers, N. (1993). The Creative Connection : expressive arts as healing. Palo Alto, CA : Science and Behavior Books.

Ref/2 article a été publié dans Mouvançe rogérienne, en septembre 2002, de même que dans Carriérologie, Vol. 9, N° 3 et 4, 2004

A - LA PHILOSOPHIE DE L'APPROCHE CENTRÉE SUR LA PERSONNE

- **Une certaine conception de la Personne.** "Nous pouvons dire qu'il y a, dans tout organisme, à quelque niveau que ce soit, un courant inné qui entraîne celui-ci vers la réalisation positive de ses propres possibilités. Il y a chez l'homme une tendance naturelle vers un développement complet Le terme qui a souvent été utilisé pour cela est celui de tendance à la réalisation de soi, ou Tendance Actualisante, et elle existe dans tous les organismes vivants". La Tendance Actualisante suit le tracé d'un Processus Directionnel, propre à chaque individu.

- **La confiance dans la Personne.**

“Chaque individu a en lui des capacités considérables de se comprendre, de changer l’idée qu’il a de lui-même, ses attitudes et la manière de se conduire ; il peut puiser dans ses ressources, pourvu que lui soit assuré un climat d’attitudes “facilitatrices”, que l’on peut déterminer”

Le respect de la Personne

- **La personne se doit d’être respectée,** tant dans son processus de croissance que dans ses convictions ou ses choix d’existence, à l’exclusion de toute visée normative ou manipulatrice.

L’Approche Centrée sur la Personne prend en compte toutes les implications liées au champ social et institutionnel.

B- LA PRATIQUE DE L’APPROCHE CENTRÉE SUR LA PERSONNE

La relation d’aide est une relation structurée de façon précise, offrant au client un climat d’ouverture, de non-jugement et de compréhension, qui lui permet une profonde expérience de soi, le rendant capable de réaliser son potentiel.

C’est la relation qui est transformatrice. Le praticien est là “en tant que personne”. Son professionnalisme est justement d’être une personne dans la relation sans s’abriter derrière le rôle de spécialiste ou d’expert du psychisme.

Le praticien ne traite pas une maladie, mais il rencontre une personne. Le client n’est pas identifié à une pathologie. Il est écouté et aidé sans passer par le prisme de la normalité.

Les attitudes que le praticien s’engage à mettre en œuvre et à développer sont :

1. L’Empathie.
2. La Congruence.
3. Le Regard Positif Inconditionnel .

celles-ci ne constituent pas un acquis figé, mais un potentiel qui s’actualise en permanence.

L’Expérience Immédiate : le praticien Centré sur la Personne ne vise pas, ou pas seulement, à ce que le client acquière un “savoir sur soi”, mais surtout la possibilité pour celui-ci de vivre “l’Expérience” de soi.

- Être soi-même : c’est le concept clef d’une relation d’aide Centrée sur la Personne, à travers l’intégration des différents niveaux d’expérience de soi.

C - PRINCIPE D’ADHÉSION À L’ASSOCIATION

1- Au sein de l’Association nous considérons que le fait de se réclamer de l’Approche Centrée sur la Personne, en tant que praticien, c’est adhérer aux principes de base, précédemment énumérés et s’engager à les appliquer. Il est évident, par ailleurs, que tout praticien ne peut exercer sa compétence et son art qu’à travers sa spécificité, sa personnalité, sa sensibilité, ses découvertes et sa créativité propre.

2- L’accompagnement dans l’approche Centrée sur la Personne repose sur des “attitudes”, une “manière d’être” de l’aidant, dans sa relation au client. Ceci rend indispensable un profond travail sur soi, en individuel et/ou en groupe. Le praticien n’ira pas plus loin avec un client qu’il ne l’a été en lui”. Il lui est recommandé d’être passé lui-même par un processus thérapeutique, cette démarche personnelle étant distincte de sa formation professionnelle et expérientielle à l’Approche Centrée sur la Personne.

3- Être praticien Centré sur la Personne implique un engagement, une responsabilité envers soi-même, qu’aucune validation extérieure ne peut suffire à remplacer. C’est sur cet engagement, “en son âme et conscience”, et sur l’adhésion aux principes de base ci-dessus rappelés, qu’un praticien de l’Approche Centrée sur la Personne peut adhérer à l’Association.

- Rogers, Carl - *Un manifeste personnaliste* - Paris, Ed. Dunod, 1979, P. 6.4 - Rogers, Carl - *La relation d’aide et la psychothérapie* - Paris, Ed. ESF, 1966.