

## **LA NON-DIRECTIVITÉ INTERVENANTE**

Michel Lobrot

Le but de cette communication est d'essayer de démontrer que le concept de non-directivité, loin d'être seulement un concept valable dans le champ politique ou psycho-social, est un concept primordial dans le champ des groupes, c'est-à-dire partout où l'on vise soit le développement de la personne soit la psychothérapie. Ce concept est tellement essentiel qu'il est accepté, peu ou prou, par tous les animateurs de groupe, même si ceux-ci ne reconnaissent pas en théorie sa valeur.

Cependant, pour envisager le concept de cette manière, il importe de le redéfinir, c'est-à-dire de dépasser la conception trop étroite que s'en sont faits d'une part K. Lewin dans une optique de recherche, et d'autre part C. Rogers, à travers une certaine pratique de la psychothérapie.

### LES CONCEPTIONS ANCIENNES DE K. LEWIN ET DE C. ROGERS

K. Lewin, au moment où il fonde le "Research Center for Group Dynamics" au M.I.T. en 1945, se place d'emblée dans une perspective de recherche et de laboratoire. Son but est de voir ce qui se passe quand on laisse un groupe se diriger lui-même, en mettant le moniteur dans une position extérieure d'observateur non intervenant, chargé de faire de temps en temps des analyses sur la "Dynamique du groupe". Il constate que, dans ce cas, le groupe est parfaitement capable de se diriger lui-même et que, de plus, il devient plus productif que dans une situation de directivité. Cela tient au fait que les interactions sont plus nombreuses et plus authentiques, à condition toutefois qu'il ait suffisamment de lumière sur sa propre dynamique, grâce à une aide qui lui est apportée par le moniteur.

La conception de K. Lewin est celle d'un groupe auto-dirigé, avec un analyste extérieur, dont le but est de comprendre sa propre dynamique et d'une manière générale la dynamique des groupes, dans une optique de "Training" et d'apprentissage.

Cette conception débouche directement sur une certaine vision de la non-directivité centrée sur l'autonomie du groupe dans laquelle le moniteur ne joue pas un très grand rôle, on pourrait appeler cette vision "libératrice" dans la mesure où elle libère le groupe de la tutelle du moniteur. Elle a suscité historiquement un certain type de conduite de groupe où l'animateur se présente comme un sphinx plus ou moins muet et servant de surface de projection.

Naturellement, cette conception est en accord avec le but assigné au groupe, à savoir un but cognitif de compréhension et d'assimilation des phénomènes de groupe.

---

<sup>1</sup> Notes manuscrites de Patrick Fassiaux

La conception de C. Rogers va plus loin, même s'il faut incontestablement la dépasser.

Elle est non-directive en ce sens que le thérapeute, selon C. Rogers, se situe dans une relation d'aide par rapport à son client, autrement dit l'aide à s'affirmer lui-même et à user de sa liberté. Il joue donc un rôle moteur et ne se contente pas d'une analyse de type intellectuel. Ce rôle est en réalité double. D'une part, il est permissif au sens où le thérapeute casse l'image habituelle d'une instance interdictive et dominatrice, qui censure ou empêche l'expression du client. D'autre part, il se constitue partenaire du client, au sens d'un interlocuteur chaleureux, qui montre un intérêt réel et une attention authentique à cette expression. L'empathie et l'acceptation inconditionnelle préconisées par C. Rogers ont une signification surtout par rapport à l'acte même de communication, qui devient un acte fort et intense du fait de l'accord entre les deux partenaires. Elles ne signifient aucunement que le thérapeute abolit ses propres options et opinions dans une situation de dépendance et de renoncement par rapport à son client.

On pourrait appeler "incitative" la non-directivité telle qu'elle est vue par C. Rogers, en ce sens qu'elle a pour but de favoriser ou de "faciliter" (mot beaucoup utilisé par les rogoriens) la démarche du patient ou du participant.

Dans les deux conceptions, celle de K.Lewin et celle de C. Rogers, la non-directivité correspond bien à ce que désigne le mot : c'est une absence de directivité ou, plus exactement, une absence d'autorité ou de rapport de pouvoir. Le moniteur ne dirige pas les productions du participant, il respecte sa liberté et son autonomie, d'après K. Lewin. Le moniteur offre sa sympathie, son écoute et son attention au participant, sans a priori ni arrière pensée, d'après C. Rogers, dans une position antithétique par rapport à celle d'un juge ou d'un censeur. Dans les deux cas, la relation dominante est mise en question et on tente de l'abolir. La signification de ces deux types de non-directivité est donc essentiellement critique, puisqu'elle visent à écarter une contrainte et une imposition qui ne peuvent aboutir qu'à une paralysie.

#### AU-DELÀ DE K. LEWIN ET DE C. ROGERS

Ce que visent en définitive les deux conceptions précitées, c'est essentiellement de permettre l'émergence du désir chez le patient ou le participant. Celui-ci est en effet limité, voire supprimé, dans les situations de contrainte et d'imposition.

Pourquoi cette importance donnée au désir ? La raison profonde, c'est que le désir constitue l'instance la plus profonde dans la subjectivité humaine. Il est à la racine de tous nos actes quels qu'ils soient et rien ne peut exister psychologiquement en dehors de lui. Il est de nature fantasmatique. Il consiste en effet dans une représentation de l'acte ou du but de l'acte avec accompagnement d'une impulsion possédant une certaine énergie.

Toute activité qui nous concerne vraiment, c'est-à-dire qui aboutit à nous transformer, à nous faire évoluer, à nous guérir ou à nous développer doit passer par notre désir. Autrement, il ne peut s'agir que d'une activité superficielle qui ne nous concerne pas vraiment et qui nous reste extérieure. Une telle activité met évidemment en jeu des désirs, par exemple celui d'éviter une sanction, mais ces désirs ne concernent pas directement l'activité elle-même, qui reste d'une certaine manière non-désirée. On peut faire agir les gens par menace, par

contrainte et par force. Cela se pratique couramment dans la vie sociale, et une grande part de nos activités se font de cette manière. Mais cela n'a aucune valeur dans une optique d'éducation, de thérapie ou de création.

Toute psychothérapie est, qu'on le veuille ou non, d'essence non-directive. Il doit toujours y avoir, dans tout acte thérapeutique un moment où le participant choisit lui-même quelque chose dans le champ qui lui est proposé, ne serait-ce par exemple que l'investissement qu'il va effectuer. Une psychothérapie qui ne comporterait aucun choix, aucune alternative, aucune initiative, est tout simplement inconcevable.

Si le désir est tellement important, dans le champ thérapeutique, suffit-il, comme le font les pratiques lewiniennes et rogériennes de le laisser émerger ou de favoriser son émergence ? Evidemment non, pour la simple raison qu'il est constamment, dans une situation donnée, contrecarré, combattu, empêché, limité, en admettant même qu'il soit autorisé. Ce qui caractérise le désir de la plupart des gens, c'est sa faiblesse, sa vulnérabilité.

De la même manière, beaucoup de désirs apparents ne sont pas de véritables désirs mais plutôt des activités instrumentales relevant de systèmes de défense destinés à protéger les vrais désirs. Par exemple, beaucoup d'actes du registre de l'agressivité, de la haine, de la destruction ne visent pas vraiment l'objet qu'ils semblent viser mais ont pour but d'empêcher la peur ou l'insécurité. Le vrai désir, dans ce cas-là, c'est celui de faire tomber le niveau d'angoisse, de retrouver l'apaisement. Ce vrai désir apparaît difficilement, a du mal à s'exprimer et à se manifester, étant occulté par le système de défense, qui peut prendre énormément de place.

L'idée d'obstacles nombreux et importants qui s'opposent à l'expression et à la réalisation des désirs résulte de la notion même de "champ" telle qu'elle est proposée par K. Lewin. Cet auteur est le premier à avoir montré qu'une situation quelconque était un "système sous tension", ce qui entraîne des régressions et des rétrogressions.

Il faut donc concevoir une "aide au désir" qui ne se contente pas de favoriser son émergence en rendant le contexte permissif ou facilitant mais qui lui permette d'être plus fort, plus conscient, plus efficace. Une telle aide au désir constitue ce que j'appelle la "non-directivité intervenante". C'est en effet par de véritables interventions qu'on peut arriver à obtenir un tel résultat et non pas seulement en se mettant en position d'observation ou de reformulation.

D'autre part, il faut ajouter qu'une telle aide est particulièrement nécessaire dans un contexte non-directif au sens lewinien et rogérien, dans la mesure où un tel contexte favorise non pas seulement les désirs et les capacités du sujet lui-même mais aussi les contre-désirs, oppositions et obstacles venant des autres. Par exemple, dans un groupe mené non directivement au sens lewinien, il est bien évident que l'hostilité de l'entourage à l'égard d'un sujet donné se trouvera augmentée et se manifestera beaucoup plus clairement, au moment même où les possibilités du dit sujet se trouveront elles aussi augmentées. Autrement dit les conflits se trouveront réactivés et le système total sera encore plus "sous tension" qu'un système habituel. S'il n'existe aucune aide réelle au désir à cet endroit, comme dans la "pédagogie de laisser-faire" de l'expérience de Lipitt et White, le dynamisme du sujet se

trouvera freiné considérablement et peut-être se retrouvera au même niveau que dans un système autoritaire.

## LES INTERVENTIONS NON-DIRECTIVES

Pour comprendre les différents types d'intervention qui sont possibles dans une optique non-directive, il faut voir quels sont les différents types d'obstacles qui s'opposent au désir et à sa réalisation.

1 - Une première catégorie concerne la prise de conscience du désir lui-même. Bien souvent, nous ne savons pas "ce que nous voulons". Notre envie n'est pas claire à nous-mêmes. Nous sommes tout juste capables de faire des "demandes" en fonction d'impulsions plus ou moins aveugles qui d'emblée se trouvent déformées par le contexte ambiant et accordées aux possibilités de ce contexte. Nous avons du mal à focaliser notre désir, à le vivre subjectivement, à le représenter. Cette difficulté est d'autant plus grande que le milieu ne cesse de condamner notre désir, qui apparaît comme l'expression de notre moi, que nous n'avons pas le droit d'affirmer ("Le moi est haïssable" disait Pascal). Il n'y a rien dont nous ayons plus honte que nos désirs.

2 - Il y a des obstacles corporels, qui se résument dans l'ensemble des forces qui s'opposent à l'affirmation corporelle de nous-mêmes. Cette affirmation étant immédiate et située dans l'"ici et maintenant" peut facilement être contrecarrée. Il suffit parfois d'un geste, d'un mouvement, d'un déplacement d'objet, d'une parole. Qu'on regarde par exemple la difficulté de beaucoup de gens à traverser une pièce s'ils sont regardés par un public assez nombreux. Ces obstacles ont des effets importants à la fois sur notre vécu psycho-moteur et sur notre vécu érotico-sexuel, c'est-à-dire sur nos contacts avec le monde matériel et avec les êtres humains.

3 - Il y a des obstacles à l'expression-réalisation, les plus importants. En admettant que nous ayons des désirs, le problème est à la fois de les exprimer et de les satisfaire. Dans les deux cas, il y a une difficulté de "passage à l'acte". Ce passage à l'acte est lui aussi, extrêmement interdit et réprimé dans la mesure où il concrétise, matérialise, spécifie une réalité qui restait jusque-là purement psychologique.

En passant à l'acte, on occupe de l'espace et du temps, on gêne autrui ou on le choque, on se montre tel qu'on est, on affirme des valeurs. Notre vécu psychologique prend forme et s'extériorise donc cesse d'être un vécu purement psychologique. Il devient une réalité quotidienne et visible. Il peut être désigné et étiqueté.

4 - Il y a des obstacles d'ordre informationnel. Toute activité suppose un ensemble d'informations, de connaissances, un savoir. Celui-ci peut fort bien être refusé ou limité par l'entourage qui préfère la douce ignorance, l'oubli, voire le mensonge. Rétablir la vérité, voir clair, connaître à fond une réalité posent des problèmes.

Dans les quatre secteurs qui viennent d'être énumérés, on peut concevoir un type d'interventions non-directives, qui sont les suivantes :

1 - L'aide au désir proprement dit et à sa prise de conscience ne peut pas se faire d'une manière artificielle simplement en proposant de formuler des "demandes" ou en disant : "Qu'est-ce que vous voulez faire aujourd'hui ?". Il faut que quelque chose se passe pour que les individus puissent se situer et réagir. Il faut donc une activité de départ, aussi ouverte que possible, par rapport à laquelle on se situe. Cette activité de départ sert de tremplin et d'analyseur du désir. L'analyse du désir elle-même peut très bien prolonger une analyse de type lewinien centrée sur la "Dynamique du groupe" mais avec une focalisation particulière sur les attitudes (corporelle, verbale) de chacune, en tant qu'expression d'aspirations et de désirs.

Il faut que les participants se reconnaissent dans l'analyse qu'on fait de leurs désirs, qui ne peut être un travail interprétatif de type freudien mais qui doit être une véritable lecture, aussi exigeante et objective que possible. Cela exige de la part de l'animateur une sensibilité et une clairvoyance exceptionnelles, qu'on peut apprendre et développer. Il faut que les participants se sentent reconnus au niveau de leurs attentes et de leurs refus. Ceux-ci sont particulièrement importants. Il est exclu en effet de participer à une entreprise de viol sous prétexte de psychothérapie. Les limites de chacun doivent être respectées.

2 - Les obstacles d'ordre corporel qui étaient jusque-là ignorés et négligés en psychothérapie, du fait que celle-ci était essentiellement verbale, ont commencé à être considérés grâce aux techniques d'inspiration reichienne du "Potentiel humain". Contrairement à ce qu'on pense ordinairement, ces techniques ne sont pas centrées sur l'expression émotionnelle mais sur l'individu. L'expression émotionnelle est uniquement un moyen qu'on utilise. Théoriquement, contrairement à ce qu'affirme Janov, la levée des refoulements et des censures qui pèsent sur le vécu émotionnel, bien loin de normaliser ce vécu émotionnel, tend plutôt à le réactiver et à le renforcer. Toutes les recherches qu'on a faites sur l'émotion le prouvent. La "décharge" ne sert à rien et peut même être nuisible si elle ne sert qu'à reproduire un vécu ancien avec la charge émotionnelle qu'il avait initialement. Mais elle peut avoir un autre effet si elle débouche non pas seulement sur la réactivation de l'affect mais sur une affirmation de soi, un déploiement d'énergie, une production extérieure-comme le cri face à d'autres - qui amènent l'individu à sortir du repliement sur lui-même, de son isolement et de sa paralysie. En fait, il s'agit d'une activité positive, forte et personnelle qui vient se greffer sur un vécu émotionnel négatif et qui l'utilise. Encore une fois, il s'agit seulement d'une utilisation. C'est l'individu qui se construit et non le vécu émotionnel qui disparaît. Je refuse la conception de la catharsis, qui voudrait qu'une émotion se liquide par simple ab-réaction.

Pourquoi utilise-t-on les vécus émotionnels négatifs s'ils sont tellement ambigus ? La raison, c'est qu'on ne peut pas, les trois-quarts du temps, faire autrement. Les gens sont tellement occupés et obsédés par leurs vécus émotionnels négatifs (angoisses, inquiétudes, etc...) qu'on est contraint de passer par ceux-ci pour susciter une démarche positive. On n'a pas d'autre moyen si on veut rester non-directif. On ne peut pas se situer d'emblée dans le positif du fait que celui-ci apparaît peu.

3 - L'intervention la plus importante dans une "non-directivité intervenante" est celle qui permet aux participants d'exprimer leurs désirs à l'extérieur. Ce passage à l'extérieur peut se faire de deux manières : d'une part, par un travail sur les représentations, d'autre part par un travail sur les comportements. Le travail sur les représentations permet une modification de

l'univers mental dans le sens d'une positivité pl [...] L'animateur se livre à un questionnement que le pa [...] accepte et qui lui permet de mieux se positionner [...] aux situations auxquelles il a affaire habituellement [...] questionnement n'est pas un interrogatoire mais vise à [...] une formulation meilleure de ce qui est vécu intérieurement. L'animateur propose cette formulation grâce à ses questions. D'autre part, l'animateur propose des actions, des exercices, des jeux qui ont pour but de traduire à l'extérieur ce qui est vécu intérieurement mais qui permet aussi une communication avec l'extérieur, donc un vécu spécifique.

L'activité de proposition, d'offre d'activité est extrêmement délicate, car elle ne doit pas introduire d'obligation directe ou indirecte. Toute proposition est une aide et doit donc pouvoir être rejetée par le participant. L'essentiel, c'est que l'animateur, à travers ses propositions ait toujours le souci de correspondre au désir du participant. S'il respecte loyalement cette règle, il reste dans l'esprit de la non-directivité.

Les exercices proposés peuvent être de nature extrêmement différente + psychodrame, gestalt, jeu dramatique, rencontres, etc... toute activité est bonne dès l'instant où elle permet une expression désirée.

4 - L'intervention non-directive peut aussi aboutir à une sorte d'enseignement, à condition que celui-ci n'ait aucun caractère systématique : elle consiste seulement à "répondre à la demande" et se centre sur des informations faciles à comprendre et à assimiler. Il y a un grand danger dans la transmission de connaissance qui risque de ne plus être centrée sur l'enseigné mais sur la matière elle-même, avec une progression impérative et une structure préformée. Il est difficile de faire en sorte que l'information soit sans cesse adaptée au sujet auquel on la transmet.

## RAPPORTS ENTRE LES DIFFÉRENTS TYPES DE NON-DIRECTIVITÉ

Naturellement, les différents types de non-directivité, lewinienne, rogérienne et intervenante, forment un tout indissociable dans lequel chacun tient une place particulière.

La non-directivité lewinienne est fondamentale car elle établit le rapport de base dans lequel vont se situer les partenaires en présence. Il est essentiel que le moniteur reconnaisse l'autonomie du groupe dont il s'occupe même s'il contribue à le faire exister et s'il aide à son maintien et à sa survie. Il est essentiel qu'il accepte sa souveraineté. Les participants seuls prennent les décisions, parce que ces décisions les concernent. Sans cette non-directivité de principe, qui met le moniteur dans une position d'observateur et d'aide extérieure, il n'y a pas de travail véritable possible.

La non-directivité rogérienne permet au moniteur de se rapprocher du groupe et d'établir la communication avec lui du fait qu'il écoute, d'une manière active et empathique, il établit le dialogue, même s'il n'apporte rien lui-même à proprement parler. Il crée le climat relationnel indispensable, sorte de toile de fond sur laquelle vont se dérouler toutes les activités. Il supprime la référence autoritaire, qui pourrait continuer d'exister implicitement, même si le moniteur acceptait complètement les décisions du groupe.

Cependant, le travail essentiel s'effectue grâce à la non-directivité intervenante, qui permet toutes les activités qu'on peut effectuer dans un groupe : production commune, expression,

création individuelle, actions corporelles, instruction, collaboration, etc... Dans cette optique, le moniteur, malgré sa distance institutionnelle, se rapproche au maximum du groupe et participe à sa vie. Certes, il ne fait pas la même chose que les membres du groupe puisqu'il est dans un rapport d'aide, mais il fait tout avec eux. Il institue le maximum de présence et de rapprochement.

Publié en 2023 par :  
Groupe d'archives de Michel Lobrot  
Association AINDI  
[archives.michel-lobrot.fr](http://archives.michel-lobrot.fr)