

La présence effective et fonctionnelle  
dans la relation thérapeutique

Esquisse d'un modèle

*Gérard Mercier,  
psychologue - psychothérapeute,  
Docteur en psychologie,  
agrégé AFP-ACP*

**Résumé :** La genèse de cet article remonte à une session de formation en mai 2021 incluse dans la dynamique d'un groupe de troisième année. Celui-ci terminant son cycle de validation de psychopraticienne et psychopraticien dans l'Approche Centrée sur la Personne.

J'explicitai et commenterai la carte conceptuelle qui apparut dès lors, et dont l'éprouvé a depuis enrichi ma propre pratique. Celle-ci est devenue en effet génératrice de directions innovantes et je la situerai par rapport à l'éventail des recherches portant sur la présence thérapeutique avec lesquelles mon essai de modélisation entrera en discussion.

**Mots clés :** carte conceptuelle, présence thérapeutique, interactions, émergences, modèle fonctionnel.

## I – la présence thérapeutique : l'intégration des 3 attitudes de base

Depuis les articles princeps de Rogers (Rogers 1957, puis 1959), nous savons que 6 conditions sont nécessaires et suffisantes pour que le processus thérapeutique puisse s'enclencher. Parmi celles-ci, trois attitudes dites nodales relèvent du thérapeute :

### **Condition n°3 :**

« La seconde personne, que nous appellerons le thérapeute, se trouve dans un état *d'accord interne* au moins pendant la durée de l'interview et par rapport à l'objet de sa relation avec le client ;

### **Condition n°4 :**

Le thérapeute *éprouve* des sentiments de *considération positive inconditionnelle* à l'égard du sujet ;

### **Condition n°5 :**

Le thérapeute *éprouve une compréhension empathique du cadre de référence interne* du client. » (C. Rogers 2009 – Psychothérapie et relations humaines – p. 56)

L'état d'accord interne implique que le thérapeute soit en mesure de symboliser de la façon la moins déformée l'expérience qu'il éprouve « viscéralement » pour reprendre le mot de Rogers. Il s'agit de l'état de congruence. La considération positive inconditionnelle, est une attitude, un accueil, tel que le thérapeute ne pondère d'aucune sorte d'évaluations les sentiments, opinions, pensées et croyances du client. Enfin la compréhension empathique relève d'une intention de visiter le monde du client « avec les harmoniques subjectives et les valeurs personnelles qui s'y rattachent. » (Rogers – op. Cité – p. 52)

Plus tard, menant une réflexion sur la combinaison des attitudes, l'auteur eut l'intuition d'une quatrième condition en émergence, un arrière-fond intégratif les dépassant, relevant d'un niveau de manifestation plus complexe.

Ainsi, lit-on dans l'extrait rapporté par Shari Geller et Leslie Greenberg (2005 – p. 48) « J'ai tendance à penser que j'ai trop mis l'accent dans mes écrits sur les trois conditions fondamentales (congruence, regard positif inconditionnel, et compréhension empathique). Peut-être est-ce quelque chose à la limite de ces conditions qui est réellement le plus important dans la thérapie quand mon self<sup>1</sup> est très clairement présent. »

Un autre extrait sera encore plus éclairant « quand Rogers (Rogers 1986 – rapporté par Brian Thorne 1994 – p. 58) écrit que « Ma simple présence est efficace et bienfaisante. Je ne puis rien faire pour provoquer cet état, mais quand je suis détendu et tout en étant proche de mon noyau transcendantal<sup>2</sup>, il m'arrive d'avoir des comportements étranges et impulsifs que je ne pourrais expliquer rationnellement et qui n'ont rien à voir avec le déroulement de ma pensée. »

Pour Shary Geller et Leslie Greenberg, la présence thérapeutique se définit comme « un état de réceptivité qui implique une ouverture totale au monde intérieur multidimensionnel du client rencontré en psychothérapie, notamment via son expression verbale et corporelle, en même temps qu'une ouverture du thérapeute à sa propre expérience corporelle dans l'instant, afin de pouvoir accéder à la connaissance, à la compétence et à la sagesse qui se manifestent à travers le vécu corporel. » (Geller S. M., Greenberg L. S. 2012 – p.7)

---

1 Le self est un terme qui intègre toutes les perceptions individuelles de l'organisme, de son expérience, et par lequel ces perceptions sont reliées aux autres perceptions et objets dans son environnement et à la globalité du monde extérieur (in p. 127 : Dictionary of Person – Centered therapy – 2002 – Trad. Personnelle).

2 Le terme transcendantal, désigne une « activité de l'esprit qui prétend dépasser le domaine de l'expérience » – la conscience pure, c'est-à-dire dégager de toutes les données de l'expérience, soit externe soit interne, seule réalité irréductible (d'après Foulqu et St Jean 1969 – Dictionnaire de la langue philosophique – PUF).

## **II – Du constat au modèle agissant**

Si la présence thérapeutique a été décrite « comme étant un des cadeaux les plus thérapeutiques qu'un thérapeute puisse offrir à un client » (S. Geller et L. Greenberg 2006 – p. 46) et qu'elle peut se définir comme « la disponibilité et l'ouverture à sa propre expérience avec le client et la capacité à réagir au client à partir de cette expérience (auteurs cités – p. 46), elle n'en reste pas moins « une boîte noire<sup>3</sup> » sur le plan de sa structure agissante, de son organisation et de ses composants.

Certes, les auteurs écriront plus loin (p. 64), que « la présence thérapeutique amène le thérapeute à apporter son self global dans l'instant présent à de multiples niveaux (physique, cognitif et spirituel). » (auteurs cités – p. 64). Je souscris à cette assertion, car elle décrit clairement la fluidité des perceptions, des pensées et des valeurs en relation. L'observation doit maintenant s'accompagner de la description d'une organisation complexe produisant non seulement des effets thérapeutiques mais abordant des niveaux ontologiquement en convergence, en émergences mutuelles constituant une harmonique de sens dépassant la seule anatomie du centrage expérientiel. Ceci au-delà d'un postulat qui se limite au constat d'un être dont l'empathie et la congruence peuvent être une manière d'exprimer la présence dans la rencontre thérapeutique.

## **III – Carte conceptuelle de la présence thérapeutique : un modèle heuristique générateur d'interactions et d'émergences**

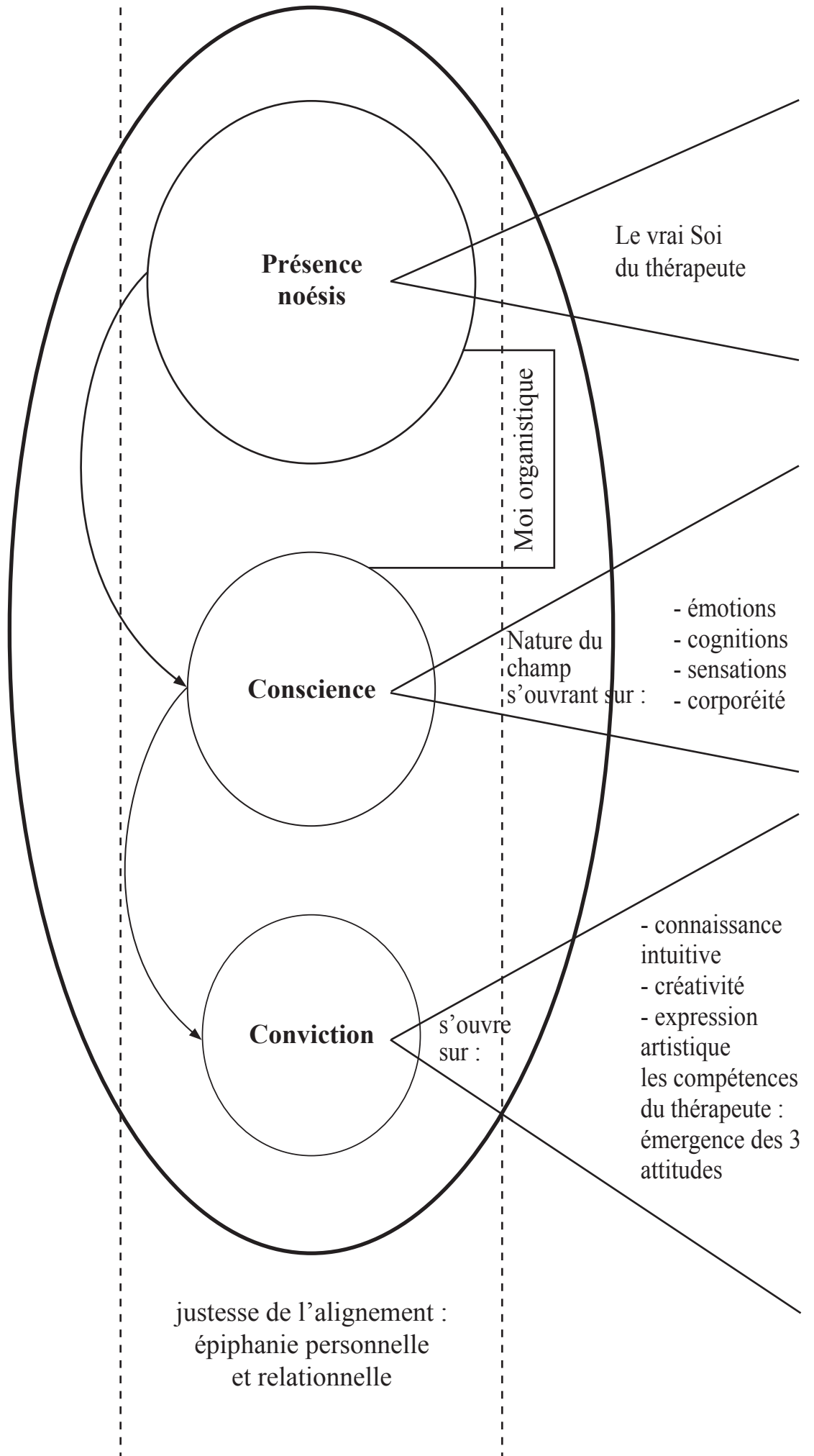
Il s'agit d'un essai de modélisation fonctionnelle relative à l'expression la plus complète du potentiel de guérison d'un thérapeute fonctionnant pleinement.

Chaque notion en interaction appellera précisions et définitions afin de montrer que cette modélisation serait le reflet d'une créativité relationnelle ainsi conceptualisée. Celle-ci constitue l'architecture et les leviers de ma pratique. Je tente de montrer quels niveaux d'existence sont en œuvre au cours d'une séance de thérapie. Ceux-ci sont à la fois exigeants et de puissants facteurs de croissance.

Il conviendra de percevoir le modèle en 3 dimensions, selon un mouvement en spirale ascendante et descendante.

---

3 Une boîte noire dans le sens utilisé ici est « la représentation d'un système sans considérer son fonctionnement interne (que ce soit un objet mécanique, ou électronique, un organisme, une personne, un mode d'organisation sociale, ou n'importe quel autre système). » D'après Wikipédia <https://fr.m.wikipedia.org>



#### **IV – Explicitation point par point des niveaux et concepts en interaction**

Je préciserai que l'émergence du modèle heuristique est le résultat d'une expérience personnelle telle que Sh. Geller et L. Greenberg l'a décrite : « Cela demande d'être en contact avec l'entièreté de soi, tout en étant ouvert et réceptif à ce qui est poignant dans le moment présent, et de s'immerger dans cette expérience avec un sens élargi de l'espace et une expansion de l'attention et de la perception. » (auteurs cités 2012 – p. 7)

Les niveaux représentés dans la carte conceptuelle ci-dessus, relève d'une conscientisation choisie d'espaces personnels, en interaction avec les participants de la session de formation.

À cet instant décisif vibraient dans la salle et dans le groupe les cordes subtiles de l'engagement réciproque, les accents nuancés d'un sens corporel en harmonie, les positions signifiantes d'une orientation partagée. Les notions avancées plus haut sont les reflets d'interrelations ayant dessiné les pourtours d'une organisation phénoménologiquement efficiente pour la juste compréhension de la présence, condition majeure remettant le client en contact avec la source de sa vitalité comme l'a écrit Thierry Jansen.

La métaphore de la cellule vivante présente une certaine élégance, afin de préciser les relations des éléments structurant la présence agissant dans le processus de guérison.

Sans entrer dans un exposé trop technique s'éloignant du modèle exposé, s'observent au sein du système cellulaire, différents organites<sup>4</sup> dont les fonctions se trouvent clairement spécialisées et dont la convergence organisationnelle et fonctionnelle canalise et dirige l'énergie disponible vers de nouvelles synthèses (protéines).

La complexité de la cellule amène l'individualité et, au-delà, la qualité du sujet (au sens de la manière d'être de quelque chose, l'ensemble des modalités sous lesquelles quelque chose se présente, et non pas selon un sens évaluatif).

Les organites, pris isolément, renvoient à une anatomie statique, leur interdépendance construisent un monde, une identité. « Dans ce processus, l'homme-sujet va pouvoir originer sa subjectivité dans l'égoïsme de l'unicellulaire où déjà l'individu contingent, périphérique, éphémère se pose, le bref instant de son existence, au centre de son univers. Il va pouvoir découvrir que son mythe de l'Ego transcendantal a pour source l'auto transcendance du sujet unicellulaire. » (Edgar Morin 1980 – « La méthode » - T. 2 – La vie de la Vie – p. 200)

#### **Le code génétique de la présence : la noésis**

Le surgissement de la présence provient de l'interaction structurante des « organites » du soi dont l'intégration et la mise en réseau le rendent disponible dans le processus de guérison.

Victor Frankl (2013) définit la dimension spirituelle de l'être humain par le terme de « noésis ».

Son actualisation s'opère dans un ordre précis :

- a) l'auto distanciation, l'éloignement de la souffrance (sa localisation par relativisation).
- b) l'objectivation de la souffrance (par réduction cognitive de manière à lui assigner une place imaginaire limitée).
- c) Le détachement (au sens de désinvestissement affectif).

---

4 Pour les lecteurs intéressés, consulter le site : [espace soignant.com](http://espace-soignant.com) « Anatomie et physiologie de la cellule » – Cours soignants.

L'autodépassement, qui intègre également trois opérations cognitives et affectives :

- a) La perception des possibilités inscrites dans la situation problématique, en tant qu'opération de discernement (analyse de ce que permet la situation, de ses possibilités de développement).
- b) La définition des possibilités de sens (analyse qui permet la réévaluation des possibilités en posant un choix).
- c) La concrétisation d'une orientation de sens (à partir de la réalisation du choix, ce qui correspond au réinvestissement d'un « objet sensé »), c'est-à-dire d'un projet.

Pour Victor Frankl, la noésis est le noyau sain de la personne (...). Elle est le lien de la conscience morale, et représente l'inconscient spirituel de l'être humain, (...) Elle n'est pas toujours réfléchie ni conscientisée, ses contenus demandent souvent à être élucidés (Georges - Elsa Sarfati 2017 – p.p. 41-42, puis 44-45).

La noésis est le principe organisateur de la Présence. Sa reprise conscientisée produit des cognitions accompagnées d'émotions et de sensations qui se traduit par des attitudes sur le plan de convictions assumées par le thérapeute.

Sa propriété essentielle est alors de s'ouvrir sur une compréhension intégrative du client, que Maria Bowen décrit ainsi : « Nous les thérapeutes, agissons comme des collecteurs d'informations dans lesquelles nous saisissons les bribes d'expérience déconnectées et fragmentées du client, pour les assembler en une seule impression intégrative. Nous retournons au client cette expérience intégrative soit sous la forme de réflexion du ressenti, de métaphores, d'énoncés de thèmes sous-jacents ou de suggestions d'expérience. Les clients utilisent alors ces impressions intégratives en tant que catalyseurs, pour organiser leur expérience à un autre niveau de conscience (...)

Dans la psychothérapie, le thérapeute introduit ses propres impressions intégratives qui servent de catalyseurs au processus de développement du client. » (Maria Bowen 1993)

Métaphoriquement, la noésis, l'ADN de la présence, se manifeste au client par la compréhension intégrative du thérapeute, grâce à sa traduction agissant sur le plan de la conscience. De cette synergie naissent des attitudes thérapeutiques issues d'une conviction à être soi, à asseoir la dignité de l'autre. Ceci au titre d'un alter-ego, naissant aussi d'un ego alter se révélant par la connaissance intuitive, notamment quand celle-ci prend la forme des fonctions conatives et poétiques<sup>5</sup> de reflets empathiques et l'actualisation d'un contact de personne à personne, débarrassé « au moins le temps de l'interview » des bruissements de la personnalité, ce masque faisant obstacle à l'enracinement de cette présence en conjointe expansion.

### **En conclusion :**

La présence thérapeutique constitue une épiphanie, c'est-à-dire une manifestation émergente et une compréhension de l'essence même de ce flux reliant :

- a) La noésis, la dimension spirituelle de l'être humain ;
- b) La conscience, qu'en est l'expression élucidée. Celle-ci, fécondée par la noésis, s'ouvre sur le champ des émotions, des cognitions et des sensations corporelles dédiées à la compréhension intégrative du client ;
- c) Les convictions du thérapeute se traduisant par son engagement. Elles donnent lieu à des déclinaisons comportementales et attitudeles. Elles sont constitutives de leur opérationnalité, le siège de la connaissance intuitive, et de l'expression créative ; le lieu interne et intime de l'émergence de la relation à autrui, étayée par les trois attitudes nodales de l'Approche Centrée sur la Personne.

---

<sup>5</sup> En référence aux fonctions du langage répertorié par R. Jakobson : la fonction conative est relative au destinataire (le thérapeute mais l'accent sur le message afin que le client agisse sur lui-même. La fonction poétique concerne l'esthétique du message, le niveau de langue, la configuration.

## Références bibliographiques

- Bowen, Maria (1993) – « La spiritualité de l’interconnection dans l’univers et dans la psychothérapie » - Communication interne « Center for studies of the Person » - La Jalla.
- Geller Sh. Et Greenberg L. (2005) – « Therapeutie presence a mindful approach to effective therapy” - American psychology.
- Geller Sh. et Greenberg L. (2005) – « L’expérience de la présence vécue par des thérapeutes dans la rencontre psychothérapeutique » - A.C.P. – P.R. n°1 – 2005/1 – pp. 45-66.
- Frankl, V. (2019) – « Le thérapeute et le soin de l’âme. Introduction à la logothérapie et à l’analyse existentielle » - Ed. Interéditions.
- Lawrence Rossi, E. (1993) – « Psychologie de la guérison » - Ed. Le Souffle d’Or.
- Mercier, G. (2020) – « Etude clinique de l’élargissement de l’expérience relatée par la cliente, en relation avec la compréhension intégrative du thérapeute » - in Journal de l’AFPC n°12 – pp. 17-32
- Morin, E. (1980) – « La méthode 2 : la vie de vie » - Points Seuil.
- Rogers, C. (1980) – « A way of being » – Houghton Mifflin – Ed. Boston.
- Rogers, C. (2009) – « Psychothérapie et relations humaines » – ESF Ed.
- Sarfati Georges Elia (2018) – « Manuel d’analyse existentielle et de logothérapie » - Dunod.
- Thorne, B. (1994) – « Comprendre Carl Rogers » - Privat Ed.

*Gérard Mercier - Octobre 2021*

---

*Adresse «courriel» de l’auteur : gerardmercier25@yahoo.fr*