

# CHARTRE DES VALEURS UNITIVES DE LA PSYCHOTHÉRAPIE CENTRÉE SUR LA PERSONNE

La charte des valeurs unitives réunit les valeurs au sein desquelles tout Psychothérapeute Centré sur la Personne peut se reconnaître, auxquelles il se doit d'adhérer sur l'honneur, et qu'il s'engage à mettre en pratique.

Elles concernent la philosophie et la pratique de l'Approche Centrée sur la Personne.

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

### 1- 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”<sup>3</sup>.

- La Tendance Actualisante suit le tracé d'un *Processus Directionnel*, propre à chaque individu.

### 2- 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 psychologiques “facilitatrices”, que l'on peut déterminer”<sup>4</sup>.

### 3- Le respect de la Personne

- La personne du client 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. Le psychothérapeute centré sur la Personne exerce, très naturellement, une “*influence*” sur le client, grâce à son rôle thérapeutique, et de par ce qui émane de sa personne. Mais il s'attache à n'exercer aucune domination, ni “*pouvoir sur*” le client, qui puisse empêcher celui-ci de découvrir son pouvoir propre.

4- 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

1- La relation d'aide psychologique 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.

2- *C'est la relation thérapeute-client qui est transformatrice.* Le thérapeute est là "en tant que personne". Son professionnalisme est justement d'être une *personne* dans la relation thérapeutique, sans s'abriter derrière le rôle de spécialiste ou d'expert du psychisme.

3- *Le thérapeute 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.

4- *Les attitudes que le psychothérapeute ou le praticien s'engage à mettre en oeuvre et à développer sont :* l'Empathie, la Congruence, et le Regard Positif Inconditionnel ; celles-ci ne constituent pas un acquis figé, mais un potentiel qui s'actualise en permanence.

5- *L'Expérience Immédiate :* le Psychothérapeute 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.

6- *Être soi-même :* c'est le concept clef d'une relation d'aide psychologique ; c'est aussi l'aboutissement d'une Psychothérapie 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 psychothérapeute ou praticien, c'est adhérer aux principes de base, précédemment énumérés et s'engager à les appliquer. Il est évident, par ailleurs, que tout psychothérapeute ou 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- *La Psychothérapie 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. "Un thérapeute 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 Psychothérapeute ou 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 Psychothérapeute ou un Praticien de l'Approche Centrée sur la Personne peut adhérer à l'Association.

3 - 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.