

Première partie

L'approche mise en œuvre

EXEMPLAIRE DE LECTURE

Psychothérapies et maïeusthésie

Approches humanistes, existentielles

Nous devons les approches humanistes ou existentielles à Carl Rogers, Abraham Maslow, Rolo May, Eugene Gendlin, Carl Gustav Jung, Karl Jaspers...

Ces approches sont centrées sur le quelqu'un qu'est le patient, plus que sur son problème. Nous trouvons là une analogie essentielle avec la maïeusthésie. Confiance inconditionnelle, congruence (authenticité), empathie en sont les piliers fondamentaux et en sont très proches également.

Abraham Maslow explique que la psychopathologie ne vient pas d'une mauvaise chose que nous avons en trop et dont il faudrait se débarrasser, mais « d'un manque d'humanité », d'un manque de l'humain que nous avons à être. Là aussi la maïeusthésie invite à ce déploiement de l'individu plus qu'à la correction ou à l'élimination de quoi que ce soit.

Soit dit en passant Abraham Maslow n'a jamais parlé de pyramide mais seulement de « hiérarchie des besoins » et a placé les besoins ontiques (c'est-à-dire existentiels) comme fondement plus que comme sommet : ontiquement¹ frustrés nous sommes insatiables ; ontiquement satisfaits nous pouvons supporter bien des frustrations sans trop de dommages.

« Nous pouvons utiliser les concepts d'“atrophie ou diminution de l'humanité” au lieu de recourir aux termes d'immature, de malchanceux, de malade, de né avec des défauts, de défavorisé. La “diminution de l'humanité” les recouvre tous. » (Maslow, 2006, p. 317)

« La privation des besoins fondamentaux est susceptible, on le sait, de créer des maladies à ranger dans la catégorie des maladies “carentielles”. » (ibid., p. 43)

1. Selon Maslow, est « ontique » ce qui est existentiel, ce qui concerne l'Être dans ce qu'il a de plus vaste (on pourrait dire : « ce qui concerne le Soi »).

« Les valeurs ontiques sont ce à quoi beaucoup de gens (la plupart ? tous ?) aspirent profondément (décelable en thérapie approfondie). » (ibid., p. 159)

Nous devons à Carl Rogers la qualité d'écoute dans l'entretien (Rogers, 2005), à Rolo May le fait que les protocoles sécurisent plus le praticien de ses propres angoisses que le patient, tout en l'éloignant hélas de celui-ci (May, 1971, p. 26) ; à Eugene Gendlin nous devons le « focusing », écoute par le biais du sens corporel – *felt sens* – à différencier des somatiques (Gendlin, 2006) ; à Carl Gustav Jung, nous devons l'idée du Soi, qui donne une somptueuse précision concernant la zone ontique de Maslow.

« Le Soi est une entité sur-ordonnée au Moi. Le Soi embrasse non seulement la psyché consciente, mais aussi la psyché inconsciente et constitue de ce fait pour ainsi dire une personnalité plus ample, que nous sommes aussi. » (Jung, 1973, p. 462)

La maïeusthésie est une psychologie du Soi qui se sent proche de ces praticiens. En chercheurs attentifs, ils ont développé des nuances fondamentales : découverte du Soi, écoute du « sens corporel », liberté face aux protocoles, confiance inconditionnelle, accomplissement du Soi et dimension ontique.

De son côté, Freud proposait le ça, le moi et le surmoi... Jung y ajouta le Soi. Le Soi, lui, est une zone de conscience, l'Être potentiel en accomplissement, passé, présent et futur, tel que le proposait aussi Martin Heidegger dans *Être et temps*. Selon Heidegger, il y a le « Dasein » (l'Être au monde), « l'Étant » (sa manière d'être), et « l'Être » (celui que l'on est étendu à passé, présent et futur) qui est une sorte d'entièreté de Soi.

« Il y a dans le Dasein une non-entièreté constante [...] ce qui appartient sans doute à un étant, mais qui lui manque encore [...] Rester en attente signifie par conséquent : n'être pas encore réuni à l'ensemble dont on fait partie [...] Il appartient au Dasein de devoir devenir lui-même ce qu'il n'est pas encore, c'est-à-dire de l'être. » (Heidegger, 1986, p. 296, 297)

La maïesthésie trouve en Martin Heidegger un praticien qui a eu une extraordinaire intuition de l'Être (celui qu'on est : passé, présent et à venir simultanément). Elle trouve aussi une proximité avec Karl Jaspers, psychiatre qui a eu la remarquable intuition que l'esprit est toujours présent, quel que soit l'état de santé mentale du patient. Il nous propose que l'esprit est toujours présent, y compris dans la pathologie :

« Dans la vie psychique malade comme dans la vie saine, l'esprit est présent. » (Jaspers, 2000, p. 274)

Mais le premier praticien humaniste fut sans doute Philippe Pinel (1745-1826), qui détacha (au sens littéral du terme !) les fous (qui étaient enchaînés) et humanisa les pratiques de cette époque que l'on ne pouvait appeler « thérapeutiques ». Il eut cette magnifique intuition de dire qu'ils ne sont pas « fous » (« fou » venant de *fol* signifiant