

FACONS D'ABORDER LE COUNSELLING : THERAPIE CENTREE SUR LE CLIENT.

Brian Thorne

Je commence toute rencontre de counselling en faisant une confiance fondamentale à mon client: la confiance qu'il ou elle a sa propre sagesse et ses propres ressources pour aller vers ce qui sera, pour lui ou pour elle, une façon d'être plus satisfaisante. Comme je fais cela, et sentant alors que le client a ses propres ressources, je vois ma tâche comme essentiellement celle de créer un climat, de créer, si vous voulez, des conditions qui aideront plutôt qu'elles ne gêneront la découverte de ces ressources et leur utilisation efficace. Je considère souvent le counselling comme un processus qui, s'il se déroule bien, peut petit à petit commencer à dépouiller la peur de son pouvoir. La peur, je la considère comme un obstacle majeur au développement de toute personne. Sans aucun doute elle empêche une personne d'entrer en contact avec ces ressources, d'entrer en contact avec la sagesse qui, de façon inhérente, est là. En tant que conseiller, ce que je m'efforce de faire c'est de créer un climat dans lequel la peur est, petit à petit, bannie et comme mon client a moins peur ce que j'espère alors c'est qu'il sera moins craintif à l'idée de faire face à lui-même et à ses incertitudes, de faire face à ses sentiments intérieurs. J'espère, également, qu'il aura moins peur des autres et moins peur des questions compliquées concernant le sens et la valeur de l'existence. Il me semble que je pourrais me décrire comme essayant d'être un compagnon sur lequel on peut s'appuyer dans ce projet de vaincre la peur. J'essaie de montrer que je désire et suis capable de partager le monde intérieur de mon client et que je ne suis pas submergé par celui-ci. J'essaie, aussi, de faire voir que j'accepte mon client et que je ne suis pas en train de m'installer pour le juger et, peut-être le plus vital de tout, je tente de le rencontrer dans une relation de personne à personne et de ne pas me cacher derrière une sorte de rôle professionnel ou médical. Bon, si je peux être comme cela pour mon client je crois qu'alors, peu à peu, se développera un climat dans lequel il osera s'écouter, osera écouter d'une façon qui le rendra capable d'entrer en contact avec ce qui est vraiment en train de se passer au dedans de lui. Je pense, également, qu'il commencera à se respecter davantage, à avoir moins peur des autres et à entrer finalement en contact avec un sentiment très profond de valorisation et à commencer alors à identifier ce qui est réellement essentiel et important pour lui. Si je devais tenter un résumé je dirais, alors, quelque chose comme ceci: au début ma préoccupation sera d'établir une relation avec cette personne de telle façon qu'elle commence à avoir moins peur. Une fois cela réalisé, je m'efforcerai, alors, par mon acceptation d'elle, par ma compréhension d'elle, ce dont j'espère pouvoir donner l'évidence, ainsi que par ma propre authenticité et mon refus d'être autre chose que moi-même, je tenterai de toutes ces manières d'aider le processus par lequel elle peut se rapprocher de sa propre sagesse, de ses propres ressources et être, par conséquent, plus sûr quant à la direction de sa propre vie.

Et, ayant dit tout cela, j'attends maintenant avec beaucoup d'impatience ma rencontre avec Brendan.

* * * * *

Préambule à un entretien avec Brendan, filmé à l'Université de Leicester à la fin des années 70. L'entretien, destiné à être utilisé pour la formation, faisait partie d'une série de trois entretiens thérapeutiques avec des thérapeutes d'approches différentes.

Traduction d'Isabelle Dubard