Cahiers de Psychologie Politique

N° 28 | 2016
Anarchisme et pensée libertaire Janvier 2016

L'anarchisme du psychologue

Gweltaz UGUEN

Édition électronique :
URL : https://cpp.numerev.com/articles/revue-28/1833-l-anarchisme-du-psychologue
DOI : numerev_1018
ISSN : 1776-274X
Date de publication : 18/01/2016

Cette publication est sous licence **CC BY-NC-ND** (Attribution - No commercial - No derivatives).

Pour **citer cette publication** : UGUEN, G. (2016) L'anarchisme du psychologue. *Cahiers de Psychologie Politique*, (28). https://doi.org/10.34745/numerev_1018

Mots-clés :

La liberté est au cœur de la philosophie anarchiste. "Bien-être pour tous ! Liberté pour tous ! Rien par la contrainte : tout par l'entente libre. Tel est l'Idéal des Anarchistes" (Fauré, 1934, p. 1) peut-on lire dans le préambule de l'encyclopédie anarchiste, dirigée par Sébastien Fauré, lequel y définit ainsi l'anarchie : "Comme idéal social et comme réalisation effective, l'Anarchie répond à un modus vivendi dans lequel, débarrassé de toute contrainte légale et collective ayant à son service la force publique, l'individu n'aura d'obligations que celles que lui imposera sa propre conscience. Il possèdera la faculté de se livrer aux inspirations réfléchies de son initiative personnelle ; il jouira du droit de tenter toutes les expériences que lui apparaîtront désirables ou fécondes ; il s'engagera librement dans les contrats de tous genres qui, toujours temporaires et révocables ou révisibles, le lieront à ses semblables et, ne voulant faire subir à personne son autorité, il se refusera à subir l'autorité de qui que ce soit. Ainsi, souverain maître de lui-même, de la direction qu'il lui plaira de donner à sa vie, de l'utilisation qu'il fera de ses facultés, de ses connaissances, de son activité productrice, de ses relations de sympathie, d'amitié et d'amour, l'individu organisera son existence comme bon lui semblera : rayonnant en tous sens, s'épanouissant à sa guise, jouissant, en toutes choses, de sa pleine et entière liberté, sans autre limite que celles qui lui seront assignées par la liberté - pleine et entière aussi - des autres Individus" (p.147). La liberté pour les anarchistes est donc synonyme de liberté d'autrui. Elle est également synonyme de changement, d'où l'aspect temporaire et révocable des associations, car "l'individu, comme le reste, se transforme continuellement ; il ne demeure jamais identique à lui-même " (p.160).

Principes pratiques du psychologue

La liberté est aussi très présente dans la pratique du psychologue, ainsi que l'illustre le principe premier du code de déontologie des psychologues, formulé ainsi : "Le psychologue réfère son exercice aux principes édictés par les législations nationale, européenne et internationale sur le respect des droits fondamentaux des personnes, et spécialement de leur dignité, de leur liberté et de leur protection. Il s’attache à respecter l’autonomie d’autrui et en particulier ses possibilités d’information, sa liberté de jugement et de décision. Il favorise l’accès direct et libre de toute personne au psychologue de son choix. Il n’intervient qu’avec le consentementlibreet éclairé des

personnes concernées. Il préserve la vie privée et l’intimité des personnes en garantissant le respect du secret professionnel. Il respecte le principe fondamental que nul n’est tenu de révéler quoi que ce soit sur lui-même. "Six occurrences, en un seul paragraphe (deux fois "liberté", deux fois "libre", une fois "autonomie", et une fois "son choix" impliquant implicitement la liberté d'une décision), indiquent l'importance que revêt le respect de la liberté d'autrui, voire même sa centralité, pour le psychologue.

Ainsi, dans sa réflexion sur le conseil, en tant que pratique psychologique, Alexandre Lhotellier fait de "l'autonomie de la personne dans la construction de son projet d'existence" "la question première et urgente" (Lhotellier, 2000, p. 48). Il précise ensuite que "tenir conseil, c'est travailler à autonomiser des actes. Cet aspect du conseil indique son aspect "libre". (p.59)" Il définit l'autonomie comme "conquête de son originalité, de son unicité par la création de sa propre loi, pour se déterminer dans chaque situation" (p.59). Plus que de respecter la liberté d'autrui, pour Lhotellier, la pratique du psychologue a pour objectif de la rendre possible.

De la clinique à La Révolution : Carl Rogers

Cette notion se retrouve également chez Carl Rogers. Il introduit ainsi la partie intitulée "Une philosophie de la personne" dans son ouvrage "Le développement de la personne" : "J'ai découvert certaines données philosophiques sur la vie et le but vers lesquels l'individu progresse lorsqu'il est libre" (Rogers, 2005, p. 111). Sa réflexion et son expérience de psychothérapeute l'ont amené à la conclusion qu'être libre, c'est être vraiment soi-même. Pour ses clients, cela signifie s'émanciper "des façades", des "je devrais", de "ce que l'on attend de vous" et du "devoir de faire plaisir aux autres", ce qui se rapproche de l'apologie de l'égoïsme de Max Stirner (1844), considéré comme un des premiers auteurs anarchistes. Ces différentes émancipations amènent les clients de Rogers à l'autonomie, à l'ouverture au changement, à l'expérience et à la complexité, à l'acceptation d'autrui et la confiance en soi.

La pratique psychothérapeutique développée par Rogers, l'approche centrée sur la personne, permet, selon cet auteur, de faciliter l'accès pour la personne à être vraiment soi-même et donc d'être libre. Rogers a appliqué cette méthode au-delà du champ de la psychothérapie : dans la gestion de groupe ainsi que dans le domaine de l'éducation (l'ouvrage s'intitule "Liberté pour apprendre") et dans son dernier ouvrage, "Un manifeste personnaliste", il a voulu étendre son approche au champ politique ou institutionnel. Il y décrit par exemple deux extrêmes de styles de direction (leadership). En utilisant le vocabulaire anarchiste, l'un d'eux peut être qualifié d'autoritaire : donner des ordres, prendre les décisions, dominer et contraindre quand nécessaire, et l'autre de libertaire : donner la liberté aux gens de tenter leur chance, donner de l'autonomie, accepter les créations, déléguer et donner de pleines responsabilités. La préférence de Rogers va vers le style libertaire : "en refusant de contraindre ou de dominer, je crois avoir stimulé les acquisitions, la créativité et l'autonomie. Ce sont là certains des effets

qui m'intéressent le plus" (p.74). Rogers cite ensuite une étude décrivant l'administrateur centré sur la personne : il s'agit de "l'individu accompli" décrit par Maslow ou de "la personne qui fonctionne pleinement" selon Rogers.

Maslow décrivait les individus accomplis, "positivement sains, hautement évolués et mûrs" comme un modèle de santé psychique et ils possèderaient plus de libre-arbitre et seraient moins déterminés que les individus moyens (2008, p. 219). Cela implique que des individus libres peuvent permettre la liberté pour autrui dans un contexte social, non thérapeutique. De plus, l'individu accompli de Maslow est à la fois égoïste et altruiste, ce qui rejoint ici l'affirmation de Guérin (1973) selon laquelle l'anarchiste "sociétaire" est aussi individualiste et que l'anarchiste individualiste est sans doute aussi sociétaire.

Pour Rogers, la réalisation de ses potentialités est une tendance de l'organisme humain, il en fait la base de sa vision politique : l'avènement de la personne nouvelle. Cependant, cette personne nouvelle n'est finalement rien d'autre que l'individu accompli ou la personne fonctionnant pleinement, qui ont toujours existé, nous dit Rogers, de façon minoritaire.

Les valeurs de ces personnes nouvelles sont là encore très proches de celles de l'anarchie. Rogers (1987, pp. 225-227) décrit leur opposition à différentes affirmations, sous forme de plusieurs slogans. Le premier est "L'État avant tout", auquel les anarchistes sont également opposés, la suppression de l'État étant pour eux la condition première à la réussite de la Révolution, point de désaccord fondamental avec les Marxiens. Rogers imagine que la personne nouvelle aura plutôt tendance à aller vers des groupes informels sans hiérarchie.

"La tradition avant tout" et "le statu quo à tout jamais" sont deux autres slogans auxquels s'opposent à la fois les personnes nouvelles et les anarchistes, le changement étant une notion extrêmement importante, une évidence même, pour la philosophie libertaire. Le slogan "l'individu devrait être façonné" est lui aussi à l'opposé de l'anarchisme, tout comme "notre vérité est la vérité" puisque, refusant le sacré, le dogme et la transcendance, les anarchistes refusent également d'imposer leurs idées aux autres.

Si, avec Maslow, on estime que l'individu accompli, la personne vivant pleinement ou la personne nouvelle représentent la santé psychique, alors les différents éléments cités plus haut amènent à penser que l'anarchie est le modus vivendi de personnes en bonne santé psychique.

Les conclusions de Rogers, dans son dernier ouvrage, sont donc très proches des philosophies anarchistes. Pour les mettre en œuvre, Rogers pense à une Révolution Tranquille dont la personne nouvelle sera le "ferment". Cela le rapproche, dans la classification proposée par Gaetano Manfredonia (2007) des différentes pratiques anarchistes, de l'éducationniste-réalisateur. En effet, Manfredonia distingue trois pratiques de l'anarchisme : le type insurrectionnel, pour qui la violence est un moyen de

parvenir à l'anarchie en aiguisant les conflits sociaux pour amener le peuple à la révolution ; le type syndicaliste qui s'appuie sur le prolétariat pour préparer la révolution ; et enfin le type éducationniste-réalisateur qui est plus dans une logique de montrer l'exemple par des pratiques alternatives. Il s'agit de s'intéresser au changement individuel avant d'arriver au changement social mais pour arriver au changement social. Ce dernier type est assez logiquement celui d'un psychologue qui quotidiennement s'intéresse à l'évolution de ses bénéficiaires.

Liberté, motivation et autodétermination

Ryan et Deci (2000) ont poursuivi les réflexions sur la tendance à se réaliser. Ils ont avancé une théorie de l'autodétermination (TAD) qui "adopte le concept d'eudémonie ou de la réalisation de soi comme critère d'existence de bien-être". Cette théorie suggère que trois besoins psychologiques fondamentaux doivent être satisfaits pour amener l'individu au bien-être : il s'agit des besoins d'autonomie, de compétence et d'être en relation avec autrui.

Les auteurs de la TAD définissent ainsi l'autonomie : celle-ci "suppose que la personne décide volontairement de son action [...], l'action autonome est celle qui émane du "vrai soi" et dont la causalité est perçue comme venant de l'intérieur". Cette autonomie ressemble beaucoup à la liberté revendiquée des anarchistes.

Le besoin de compétence "se réfère à un sentiment d'efficacité sur son environnement". Il amène à être intéressé par des défis de plus en plus complexes à réaliser, nécessitant une grande concentration. Une illustration de ce besoin se retrouve dans le concept de "flow" ou d'expérience optimale de M. Csikszentmihalyi, un des fondateurs de la psychologie positive à laquelle la théorie de l'autodétermination a été intégrée. Il s'agit d'utiliser un maximum de ses facultés pour résoudre une situation problème.

Le besoin de relation signifie "le sentiment d'être relié à des personnes importantes pour soi". Bien que souvent considérés comme individualistes, du fait de l'importance qu'ils donnent à la liberté individuelle, les anarchistes sont adeptes de la coopération, "régime de la libre association se substituant au régime de la concurrence et du monopole" (Fauré, 1934, p. 1419), notamment le courant communiste ou socialiste libertaire mais même Stirner proposait des "associations d'égoïstes".

Ainsi, lorsque Daniel Colson (2001, p. 28) définit l'anarchie positive, comme "l'affirmation d'une dynamique et d'un agencement nouveau capables de libérer les forces collectives de leurs entraves et d'*aller jusqu'au bout de ce qu'elles peuvent*", il lie ainsi les trois besoins fondamentaux de la TAD et en fait en quelque sorte le moteur "d'une force affirmative capable de recomposer le monde autrement, de façon émancipatrice" par rapport à une anarchie négative du refus et du ressentiment.

La TAD est une théorie de la motivation. Elle décrit trois différentes sortes de motivations : l'amotivation, état sans motivation, la motivation extrinsèque dont la source est externe à l'individu, et la motivation intrinsèque, qui puise sa source dans l'individu lui-même, il s'agit d'une motivation autonome. Dans le cas d'une motivation intrinsèque, l'individu trouve la tâche qu'il exécute intéressante en soi et n'attend pas d'autre récompense que cet intérêt. L'autodétermination est semblable à ce que Colson décrit comme la détermination libertaire c'est-à-dire comme "*intérieure* à l'être qui la manifeste" (2001, p. 74).

Pour Deci et Ryan (2000), cette motivation "suscite la croissance personnelle et est cruciale pour le développement cognitif et social. Elle est en effet associée à un meilleur apprentissage, une meilleure performance et un bien-être plus grand.[...] elle est vécue comme une expérience d'autonomie." Là encore, l'autonomie, la liberté sont considérées comme source de développement positif d'un point de vue psychologique. Deci et Ryan en concluent logiquement que de nombreuses formes de psychopathologies sont liées à un manque d'autonomie et montrent le rôle que joue un contrôle social excessif dans leur étiologie.

Quelques exemples a contrario

D'autres travaux de psychologie indiquent le rôle négatif que l'autorité et le pouvoir peuvent avoir sur les individus. L'expérience de Milgram en est un des exemples les plus célèbres. Celle-ci a été reproduite dans le cadre d'une émission télévisée en 2011, ce qui a fait dire aux psychologues qui ont participé à cette reproduction que les résultats de Milgram sont "généralisables à d'autres contextes que celui dans lequel il a été pour la première fois observé" (Oberlé, Beauvois & Courbet, 2011, pp 84-85). Il s'agissait de faire croire à un sujet qu'il envoyait des décharges électriques à une autre personne dans le but d'étudier la mémorisation, en présence d'une personne représentant légitimité et autorité. Suivant les dispositifs de l'expérience, 30 à 65 % des sujets allaient jusqu'à envoyer des décharges de 450 volts. L'autorité faisait passer l'individu d'autonome à un "état agentique" où il rejetait toute responsabilité sur le représentant de l'autorité, ce qui l'amenait à potentiellement pouvoir tuer quelqu'un, simplement en suivant des ordres.

L'expérience de Stanford réalisée par Zimbardo montre également les effets que peuvent avoir une situation autoritaire sur les individus. Il s'agissait de recréer l'ambiance d'une prison. Les sujets de l'expérience se trouvaient soit dans le rôle d'un prisonnier, soit d'un gardien (ils ne savaient pas lequel de ces deux rôles leur serait attribué au moment où ils acceptaient de participer à l'expérience). Assez rapidement, les sujets gardiens eurent des comportements humiliants voire sadiques, ce qui amena à une interruption de l'expérience au bout de six jours alors qu'elle devait en durer quinze. Pour Clervoy (2013) le "décrochage du sens moral" des gardiens venait du fait qu'ils cumulaient tous les pouvoirs et se retrouvaient sans garde-fous.

Les résultats de ces deux expériences donnent aux anarchistes des éléments concrets

montrant la nocivité que le pouvoir et l'autorité peuvent avoir, même avec les meilleures intentions au départ. Ainsi Bakounine anticipait déjà que si les "marxiens" réalisaient leur révolution, ils ne mettraient jamais la liberté en place, qu'ils remplaceraient le pouvoir par le leur. Marxiens et anarchistes avaient le même objectif, mais pas la même méthode. En effet, pour les anarchistes, l'État devait être aboli dès le début de la Révolution, alors que pour les marxiens, l'État, repris en main par eux, ne devait être détruit qu'après que la Révolution ait porté ses fruits. Finalement, en Russie, les marxiens ont pris le pouvoir et l'ont gardé, recréant un autre système autoritaire, et donnant raison à Bakounine (in Guérin, 2011, pp. 233-243).

La personne nouvelle : l'adulte ?

Une parenté idéologique évidente apparaît donc entre les intuitions des philosophes anarchistes et les pratiques, théories et objectifs de psychologues, principalement du courant dit "humaniste" et de la psychologie positive. Un intérêt commun de ces deux approches est de s'intéresser à un fonctionnement optimal de l'individu en psychologie, à travers la bonne santé psychique chez Maslow et le bien-être dans la psychologie positive. Comme l'écrivent C. Martin-Krumm et C. Tarquinio (2011, p. 12) : "Jusqu'à présent, les psychologues ont analysé et commencé à comprendre comment des individus survivent à des épreuves difficiles ou sont capables de les endurer. Or on se sait pas grand-chose sur les individus qui vont bien ou qui se sentent bien." Il paraît logique que de telles personnes ne sollicitent pas les services des psychologues et que ceux-ci ne les comptent pas parmi leur patients, clients ou bénéficiaires.

Une conclusion s'impose toutefois : la liberté est un élément fondamental dans le fonctionnement de ces individus, qu'on les appelle "personne nouvelle", "personne qui est vraiment elle-même" ou encore "individu accompli". Il semble s'agir d'individus libres, autodéterminés, coopératifs, tolérants au changement. Cette description correspond au profil de l'adulte que donne P. Osterrieth (2000, pp. 18-21). Il s'agit là de l'adulte en tant qu'état de bonne santé psychique et non en tant que personne majeure, statut que l'on obtient automatiquement à une date fixée par la loi. Dans cette perspective, l'anarchie paraît être une forme politique pour adulte, au sens que nous venons de définir.

Une étude de cet adulte paraît, dans la continuité d'une psychologie positive, plutôt intéressante, d'autant plus que Maslow lui-même faisait part du caractère hors cadre d'une recherche classique pour sa propre étude de la santé psychique. Et, si avec Proudhon, on estime que "la politique est la science de la liberté" (in Guérin, 2011, p. 57), alors une forme à venir de psychologie politique pourrait être une psychologie de la liberté, une psychologie de l'adulte. Son questionnement serait alors : "Qu'est-ce qu'être adulte et comment le devient-on ?"

Clervoy, P. (2013). L'effet Lucifer. Polémiques autour d'un mort à Djibouti. *Etudes sur la mort,* 2103/2 (n° 144), pp. 43-53.

Colson, D. (2001). Petit lexique philosophique de l'anarchisme, Paris, Librairie générale française.

Deci R. M., Ryan E. L. (2000). Buts personnels, besoins psychologiques fondamentaux et bien-être : théorie de l'autodétermination et applications. *Revue québécoise de psychologie*, vol. 21, n° 2, p. 284

Deci R. M., Ryan E. L.(2006). Self-regulation and the problem of autonomy: Does psychology need choice, self-determination, and will?, *Journal of personnality* 74:6 , pp. 1557-1585.

Fauré, S. [sous la direction de] (1934). L'encyclopédie anarchiste, (PDF téléchargeable sur www.encyclopedie-anarchiste.org/)

Guérin, D. (1973). L'anarchisme. Paris, Gallimard.

Guérin, D. (2011). Ni Dieu ni maître. Anthologie de l'anarchisme, Paris, Éditions La Découverte.

Lhotellier, A. (2001). Tenir conseil, délibérer pour agir, Paris, Éditions Seli Arslan.

Manfredonia, G. (2007). Anarchisme et changement social : insurrectionnalisme, syndicalisme, éducationnisme-réalisateur. Lyon, Atelier de création libertaire.

Martin-Krumm, C., Tarquinio, C. [sous la direction de]. Traité de psychologie positive, Bruxelles, De Boeck, 2011.

Maslow, A. (2008). Devenir le meilleur de soi-même, Éditions de l'organisation.

Oberlé, D., Beauvois J-L., Courbet, D. (2011). Une transposition du paradigme d'obéissance de Milgram à la télévision : enjeux, résultats et perspectives. *Connexions* 95/2011-1, pp. 71-88.

Osterrieth, P. (2000), Faire des adultes, Sprimont, Mardaga.

Rogers, C.R., (2005) Le développement de la personne, Paris, Dunod-InterEditions

Rogers, C.R.(1987), Un manifeste personnaliste, Paris, Dunod.

Stirner, M. (1844), L'Unique et sa Propriété.