

LE RESPECT POUR CARL ROGERS

Pour Carl Rogers, psychologue humaniste américain, la notion de respect est fondamentale : elle constitue l'un des piliers de sa conception de la relation d'aide et du développement de la personne.

Le respect comme regard positif inconditionnel

Carl Rogers parle de « regard positif inconditionnel » (*unconditional positive regard*) :

C'est respecter la personne dans sa totalité, sans la juger, sans poser de conditions à sa valeur.

Cela signifie :

- Accepter l'autre tel qu'il est, avec ses forces, ses failles, ses contradictions.
- Ne pas chercher à le changer selon des normes extérieures.
- Accueillir ce qu'il dit, même si cela semble « irrationnel » ou dérangeant.

Le respect, ici, est inconditionnel : il ne dépend ni du comportement, ni des choix, ni du passé de la personne.

Respect et écoute empathique

Pour Rogers, le respect passe par une écoute profonde, qu'il appelle empathie authentique :

- Se mettre à la place de l'autre sans s'y perdre
- Comprendre son cadre de référence intérieur, son vécu subjectif
- Montrer à l'autre qu'il est entendu dans ce qu'il ressent vraiment

Le respect, c'est aussi se taire, ne pas interpréter ou conseiller trop vite, mais laisser l'autre **découvrir par lui-même ses propres réponses.**

Respect de l'autonomie de la personne

Carl Rogers considère que chaque individu possède en lui-même une tendance naturelle à l'épanouissement (ce qu'il appelle la « tendance actualisante »).

Respecter une personne, c'est faire confiance en ses ressources internes, et lui permettre de :

- Se développer selon ses propres choix
- Trouver son propre chemin
- Grandir à son rythme

Le thérapeute n'est pas un guide ou un expert : il crée les conditions (respect, empathie, congruence) qui permettent à la personne de se révéler.

Respect dans la relation thérapeutique

Rogers fait du respect une attitude de base dans toute relation d'aide. Il parle d'un climat relationnel favorable où la personne se sent :

- Acceptée
- Sécurisée
- Libre d'explorer son vécu intérieur

Cette qualité de présence respectueuse favorise le changement, non par la contrainte, mais par l'auto-compréhension.

Conclusion

Pour Carl Rogers, respecter autrui, c'est :

- L'accepter sans condition
- L'écouter avec empathie
- Croire en sa capacité à s'orienter vers la croissance
- Créer un espace sûr, non-jugeant, où il peut devenir l'auteur de sa propre vie

C'est une éthique relationnelle fondée sur la confiance dans l'humain, au cœur de l'approche humaniste.