

YVES LEFEBVRE

L'ÉTHIQUE RELATIONNELLE EN PSYCHOTHÉRAPIE

Comment la relation
peut devenir soignante



Enrick · B · Éditions

L'ÉTHIQUE
RELATIONNELLE
EN PSYCHOTHÉRAPIE

Comment la relation
peut devenir soignante

YVES LEFEBVRE

L'ÉTHIQUE RELATIONNELLE EN PSYCHOTHÉRAPIE

Comment la relation
peut devenir soignante

Enrick 
— ÉDITIONS —

www.enrickb-editions.com

Tous droits réservés

Conception couverture : Marie Dortier

Réalisation couverture : Comandgo

ISBN : 978-2-35644-381-6

En application des articles L. 122-10 à L. 122-12 du Code de la propriété intellectuelle, toute reproduction à usage collectif par photocopie, intégralement ou partiellement, du présent ouvrage est interdite sans l'autorisation du Centre français d'exploitation du droit de copie. Toute autre forme de reproduction, intégrale ou partielle, est interdite sans l'autorisation de l'éditeur.

*Merci aux membres de la commission de déontologie
du SNPPsy de qui m'est venu l'idée d'écrire ce livre,
ainsi qu'à Philippe Grauer, Jean-Marc Hélyar, Michelle
Tual-Artigues et Nadine Rey pour leurs conseils avisés*

Sommaire

PRÉFACE	II
INTRODUCTION.....	15
I – L'ÉTHIQUE AU CŒUR	
DE LA RELATION PSYCHOTHÉRAPIQUE.....	19
1 – Morale, déontologie, éthique.....	21
2 – Au jardin des philosophes.....	31
3 – La présence.....	61
4 – Le souci et le soin.....	69
5 – La personne et le sujet.....	81
6 – Compétence et responsabilité	97
7 – La fonction politique de l'éthique relationnelle	111
2 – DE L'ÉTHIQUE À LA DÉONTOLOGIE,	
QUESTIONS PRATIQUES.....	121
8 – La question du cadre éthique.....	123
9 – La question du secret professionnel.....	129
10 – La question des attestations.....	139
11 – La question de l'argent.....	147
12 – La question de l'Éros.....	155
13 – La question des relations virtuelles	163
14 – La question des liens et des appartenances.....	169
CONCLUSION	175
BIBLIOGRAPHIE.....	179

Préface

par Bertrand Vergely
professeur agrégé de philosophie
écrivain, conférencier

« Il est donné à peu d'êtres d'avoir conscience que les êtres et les choses existent » écrit Simone Weil, la philosophe. Cette remarque rejoint une parole entendue par un psychanalyste ami récemment disparu : « mes patients n'ont pas conscience d'exister. Ils ne savent pas qu'ils existent ».

Nous avons deux vies. La seconde commence quand on découvre qu'on n'en a qu'une, enseigne Confucius. Peut-être. Il est vrai que, quand on se sait mortel on fait attention et que, faisant attention, on découvre la vie attentive qui fait vraiment vivre. Reste que l'on n'apprend pas à vivre uniquement grâce à l'angoisse de la mort. On apprend à vivre également dans la rencontre avec la vie et sa plénitude, quand on fait l'expérience de la beauté.

On croit souvent qu'il n'y a qu'une vie, celle qui s'abolit tragiquement dans la mort. Du coup, on ne voit pas le monde. On ne se voit pas soi-même. On ne voit pas les autres. Pour voir le monde, soi-même, les autres, encore faut-il avoir envie de les voir. Quand on pose comme postulat qu'il n'y a fondamentalement rien à voir, comment avoir une telle envie ? Prenons conscience à l'inverse, non pas qu'il n'y a pas rien parce qu'il y a la mort, mais qu'il y a quelque chose parce qu'il y a la beauté. On a envie de voir le monde, soi-même, les autres. Et ayant une telle envie, on les voit.

Cette expérience de vision est soignante. Autour de nous, le monde souffre. Ce n'est pas un hasard. Il ne se sent pas exister. Au travail, quand on n'est pas reconnu, on souffre. Cela commence par des petits riens qui finissent par devenir énormes comme le fait de ne pas dire bonjour ou de ne pas répondre quand on dit bonjour. À la longue, cela use, cela mine et l'on finit pas être psychiquement épuisé. On parle de dignité humaine. Il y a dans l'existence de l'homme quelque chose d'infiniment précieux qui fait tout son mystère. Que fait-on de cette dignité ? Comment traite-t-on les femmes, les enfants, la Nature, la vie, la pensée, l'esprit ? Les traite-t-on avec dignité ? Soupçonnant la réponse, on hésite à répondre.

La médecine s'efforce de soigner ce monde psychiquement épuisé tant la reconnaissance minimale et la dignité sont bafouées. Malgré les efforts consentis pour cela, elle n'y parvient pas ou elle y parvient mal. Il arrive que l'on soit malade, non pas parce qu'on n'est pas allé à l'hôpital mais parce qu'on y est allé. La médecine qui sait réparer provisoirement ne sait pas toujours soigner. Trop de monde. Pas assez de moyens. Pas le temps, est-il dit. C'est vrai. Mais il n'y a pas que cela.

Il règne au sein de nos relations une sidérante brutalité. Écoutons un bulletin d'informations. Ce n'est pas un bulletin d'information, c'est un bulletin de guerre. Il n'est question que de massacres, de tueries, de meurtres, de vols, d'escroqueries, de viols, d'accidents, de maladies, de haines, de colères. Forcément, la relation humaine normale en pâtit. Le monde étant vécu comme agressif et dangereux, on se protège. Comme on se protège, on se méfie. Comme on se méfie, on ne voit plus ce qui existe et l'on n'entend plus ce qui se dit, l'important n'étant pas de regarder et d'écouter ce qui existe mais de savoir si on va pouvoir s'en tirer, survivre et ne pas périr dans l'existence telle qu'elle est.

La médecine, comme tout le reste, est à l'image du monde. Elle est brutale. Le malade existe-t-il pour le médecin ? Parfois. Pas toujours. Et c'est là le drame. Alors que l'on va mal,

ayons un médecin qui, n'ayant pas le temps, vous expédie. On n'a plus envie de se soigner ni de guérir.

Déjà dans son dialogue le *Gorgias* Platon en est conscient, quand il met en scène Gorgias, le sophiste, qui explique que pour soigner il faut qu'un médecin soit persuasif et pas simplement qu'il possède la science médicale. Socrate pense que la persuasion vient de la séduction et qu'à ce titre, elle est superficielle. Il a tort. La persuasion vient de l'être. La médecine passant par l'être et pas simplement par la tête et le savoir, on soigne avec son être en s'engageant de tout son être dans le soin.

La vraie philosophie se moque de la philosophie comme la vraie éloquence se moque de l'éloquence, écrit Pascal. La sagesse comme la parole viennent de l'amour qui aime et pas simplement de la tête qui calcule et qui sait. Il en va de même avec la médecine. La vraie médecine se moque de la médecine. La psychologie également. La vraie psychologie se moque de la psychologie.

C'est ce que donne à penser cet ouvrage que Yves Lefebvre nous propose. En terre de vraie psychologie, écrit-il, on soigne avec la relation et pas simplement avec le savoir psychologique.

Il est beaucoup question de la relation aujourd'hui. Il en est tellement question que, n'étant plus vécue mais analysée et formalisée selon des dispositifs stratégiques, celle-ci finit par disparaître en n'étant plus que l'ombre d'elle-même. L'originalité de Yves Lefebvre est de ne pas tomber dans ce travers en rappelant les fondamentaux de ce que la relation devrait être et n'est pas.

La relation est une expérience de présence à soi, à l'autre, à la vie. Rentrons dans cette relation. Celle-ci fait des miracles. Une amie, chirurgienne esthétique, a eu affaire un jour à une patiente qui ne supportait pas le soin qui lui était fait. En se mettant à parler à cette patiente, cette amie chirurgienne a pu la soigner. Force de la parole et, derrière cette force, force de la présence. Venant du monde concurrentiel dans lequel nous

vivons cette patiente était sans doute inconsciemment sur le qui-vive. Aussi était-elle en position de douleur. Pas étonnant, dans ces conditions, que le soin prodigué apparaisse comme de la douleur.

Il en va de même dans la relation thérapeutique entre un thérapeute et son patient. Si un thérapeute veut pouvoir soigner, il faut qu'il soigne la relation. Que, par la présence le patient se mette à sentir qu'il existe, ayant envie d'une relation, il va, non seulement, écouter son thérapeute mais s'écouter lui-même.

La médecine est en train de changer. La psychologie aussi. La science commence à comprendre que, si l'on veut pouvoir soigner et faire de la science, il est indispensable de vivre et de faire vivre la présence. Avec simplicité et efficacité, le livre d'Yves Lefebvre ouvre la voie qui mène à un tel changement.

Introduction

C'est d'abord la relation qui soigne. La technique psychothérapique n'y contribue que secondairement, comme l'outil dans la main du praticien. Cette relation thérapeutique, principal « moteur » de la psychothérapie, ne fonctionne qu'à certaines conditions. En effet toute relation, même positive, sympathique, éducative, soutenance, chaleureuse, charitable, voire amoureuse, ou au contraire objective et techniquement codifiée, n'est pas spécifiquement thérapeutique. La relation pour être en soi psychothérapique doit comporter plusieurs composantes qui ont chacune leur effet spécifique.

Ainsi par exemple la relation à base de neutralité bienveillante de la psychanalyse privilégiera le transfert, c'est-à-dire que l'effacement de la réalité du psychanalyste favorisera la projection sur lui d'anciens affects qui ne seront plus refoulés mais cette fois ressentis et vécus dans le présent donc analysables ; en même temps, l'attitude du psychanalyste à base d'écoute « flottante » à l'affût des signes révélant l'inconscient en favorisera l'expression ; tandis que l'empathie congruente de la psychothérapie relationnelle stimulera chez la personne le désir de se réaliser elle-même dans sa propre forme d'être parce que c'est son authenticité et sa profondeur qui auront été reçues, comprises et contenues par le psychopraticien. En outre, la présence existentielle de celui-ci invitera la personne à cette même présence envers elle qui lui permettra de se percevoir d'une façon renouvelée.

Il importe donc de savoir ce qu'on fait de cette relation, pourquoi et comment on le fait et ce que ça produit, qui peut devenir thérapeutique ou non indépendamment du fait que ce soit relationnel. Toutes sortes d'éléments rendront ainsi la relation un peu, beaucoup ou pas du tout thérapeutique, et ce qui s'avère thérapeutique vaut alors pour toute relation qui se donnerait cet objectif, même en dehors de la spécificité de la psychothérapie dite relationnelle. Mais dans tous les cas, c'est la dimension éthique qui fera la base incontournable, le fondement de toute approche relationnelle qui puisse prétendre à un effet thérapeutique.

Qu'est-ce que l'éthique ? C'est depuis Aristote la pensée qui s'interroge sur le pourquoi et le comment des comportements qui devraient orienter notre action dans les différentes situations de l'existence en vue de la vie bonne, avant même qu'on puisse envisager un idéal moral ou une règle intangible de droit. L'éthique cherche à poser les questions qui orientent les réponses vers le plus utile et le plus juste dans une situation donnée. Elle est une réflexion sur les attitudes à adopter pour rendre la vie la meilleure possible dans un monde humainement habitable.

Au regard d'Aristote, il s'agit de vivre une vie digne d'être vécue c'est-à-dire accomplie. Il conçoit aussi le bonheur individuel en rapport avec le bonheur de la cité, ce qui inclut une dimension relationnelle et sociétale. Ainsi l'éthique interroge les valeurs et les modalités mises en jeu dans la relation avec un souci de justesse et d'utilité.

Appliquée à la relation psychothérapique, l'éthique conduira à interroger chaque parole, action, silence, ambiance de la séance, cadre, méthode et références théoriques en fonction de leur pertinence par rapport au processus psychothérapique de la personne et en écartant toute autre considération. L'éthique oblige alors à penser ce qui se joue là pour les deux personnes en présence, et cette pensée même contribue au processus thérapeutique parce qu'elle fait tiers dans la relation. En effet, la pensée éthique impliquant une relation

sujet à sujet et non pas soigneur-sujet à soigné-objet mais aussi une différenciation des rôles dans une égalité de valeur qui permet l'altérité, vient s'immiscer dans l'intimité de la relation comme un tiers pour la réguler et la rendre ainsi profondément thérapeutique. Elle introduit une pensée socialisante là où les affects tendraient spontanément vers la fusion ou le climat incestuel. Elle construit de la relation triangulaire là où la relation n'est que duelle et tend à régresser inconsciemment vers la relation fusionnelle. Elle permet de rejouer le processus de triangulation qui construit le sujet.

C'est pourquoi la pensée éthique appliquée à la relation thérapeutique joue un rôle essentiel. C'est bien l'éthique qui fonde l'être-thérapeute de tout praticien. Elle confère à la relation le socle de son caractère thérapeutique sans lequel elle s'amoindrirait ou changerait de nature, perdant alors son efficience soignante quelles que soient les méthodes employées, les théories de référence et les techniques psychothérapiques. Approfondir cette pensée éthique s'avère par conséquent une démarche nécessaire à tout professionnel de la relation qui se veut compétent. C'est le but de la partie philosophique et de la partie pratique qui se complètent dans ce livre.

PARTIE I

L'éthique au cœur
de la relation thérapeutique

CHAPITRE 1

Morale, déontologie, éthique

La psychothérapie relationnelle se sous-tend d'une éthique sans laquelle la forme particulière de relation qui en fait le moteur principal ne serait plus thérapeutique. Cette éthique forme le socle, les fondations sur lesquelles tout repose. Mais de quoi parle-t-on quand on dit éthique ? La confusion entre morale, déontologie et éthique se retrouve fréquemment dans l'esprit de nombreuses personnes. Distinguons d'abord ces concepts, certes reliés entre eux mais qui abordent le sujet du bien, ici appliqué à l'exercice de la relation thérapeutique, sous des angles différents.

La morale

La notion de morale recoupe d'abord un ensemble de manières de se conduire ou de principes de jugement qu'une société se donne, distinguant ce qui est considéré comme bien et ce qui est considéré comme mal. Le mot vient du latin *mores*, les mœurs, les habitudes. La morale habituelle peut alors varier selon la culture et les conditions de vie qui prévalent à chaque époque. Elle s'exprime en préceptes et en interdits qui tiennent compte des croyances dominantes, des idéologies majoritaires, des coutumes et de ce qui est nécessaire à la survie ou au bon fonctionnement d'une société.

Cette forme de morale apparaît ainsi relative à une culture particulière. On le voit par exemple dans la morale sexuelle qui peut aller de la plus grande tolérance à la plus extrême répression selon les époques et les groupes humains, entre ceux qui lapident la femme adultère ou emprisonnent l'homosexuel et ceux qui tolèrent jusqu'à la pédophilie au nom de la liberté ou même de l'esthétique. L'une des toutes premières règles morales du christianisme pourrait nous étonner : « Tu ne souilleras point de garçons » est-il écrit en grec dans la *Didachè*, ensemble de préceptes attribués aux apôtres et datant du premier siècle¹ ; de même : « Ne te lave pas dans un bain de femmes de crainte qu'après t'être déshabillé et avoir montré la nudité honteuse de ton corps tu n'en fasses pécher quelqu'une qui sera captivée par toi », précepte moral à l'attention des hommes dans la *Didascalie* rédigée au III^e siècle à partir d'une tradition orale plus ancienne². Ces écrits nous renseignent sur les mœurs d'une époque où la culture grecque dominait le monde méditerranéen comme aujourd'hui la culture américaine domine l'Occident, mœurs auxquelles la nouvelle religion issue du judaïsme invitait à renoncer. Elle voulait instaurer une morale non plus relative aux mœurs culturelles mais se référant au divin comme la religion juive qui se référait à la Bible, morale tendant à se présenter comme extérieure aux désirs humains, à valeur universelle.

Remarquons qu'indépendamment des religions certains principes moraux débordent largement une culture pour se retrouver dans presque toutes les ethnies, sociétés, croyances et époques. Dans ce cas ils apparaissent universels et sont considérés comme intangibles. Ainsi l'interdit du meurtre se conçoit comme une loi morale absolue, même si de nombreuses sociétés le permettent dans des circonstances

1. Anonyme *La Didachè*, traduit du grec ancien par A.G.Hazmman, revue *Ichtus* 1, 1957

2. Anonyme *La Didascalie* traduit du syriaque par F.Naud, *Lethielleux* 1902, 172 p.

particulières comme la légitime défense, la guerre ou la punition d'un meurtrier, et que des groupes nihilistes le justifient au nom de leur idéologie, sans pour autant que la majorité puisse jamais l'envisager autrement qu'immoral. La morale peut alors se percevoir non plus relative à la culture mais issue des lois de la nature, de la raison ou de Dieu. Elle s'impose à l'homme comme une vérité extérieure à lui, un principe général qui serait valable pour toute l'humanité de tous les temps. Dans cette conception objectiviste, la morale revêt un caractère immuable et incontestable que rien ne pourrait modifier. Ainsi pour Kant, la morale est une droiture personnelle, une obéissance à une loi intérieure imposée par la raison¹. Les principes moraux doivent s'appliquer à tous les êtres rationnels en tous lieux et en tous temps. Ils doivent se fonder sur des concepts de la raison indépendamment des particularités de la culture ou de la personnalité. La moralité d'une action n'est pas jugée selon ses conséquences, mais selon le motif qui l'a produite. Les actions ressortissent à l'ordre moral si elles sont prises dans l'intérêt de la morale seule sans aucune arrière-pensée, faux-semblant ou avantage personnel, sauf le plaisir d'obéir à cette exigence intérieure. L'être étant droit par nature, vivre selon l'être ne peut que conduire à vivre moralement.

Freud voit dans les interdits moraux l'effet du surmoi qui tend à refouler les pulsions. Il voit dans le modèle vertueux l'idéal du moi. Ce que l'homme projette comme son idéal est à la fois le substitut du narcissisme perdu de son enfance et le modèle idéalisé de ses parents².

Les travaux de Tooby et Cosmides (1992) mettent en cause à la fois la théorie freudienne et l'idée de morale relative à la culture. Ils rejoignent la conception objectiviste et soutiennent que la morale a un fondement essentiellement biologique,

1. Emmanuel Kant *Fondements de la métaphysique des mœurs* Delagrave 1967, 210 p.

2. Sigmund Freud *Pour introduire le narcissisme* [1914] Payot 2012, 160 p.

s'appuyant sur les apports de la neuropsychologie cognitive¹. On pourrait s'interroger sur l'occultation des notions de sujet et de responsabilité dans cette vision neurologique et scientifique. Elle ne manque cependant pas d'arguments pour souligner l'importance du système nerveux dans le comportement moral.

Indépendamment des diverses théories sur les origines de la morale, elle se présente finalement comme un idéal projeté sur trois niveaux de vie : celui des mœurs sociales qui permettent de bien vivre ensemble et qui peut évoluer avec la culture ; celui de la force morale personnelle, la vertu qui sert de boussole ou de référence à chaque individu et s'enracine au plus profond de son inconscient et peut-être de sa biologie ; celui des principes qui gèrent le plan fondamental de l'existence et la pensée, principes immuables découlant de la raison, de la nature ou de la divinité. La morale sous ces trois aspects invite à l'obéissance au bien idéal et à la désobéissance à ce qui ne l'est pas, le non-bien qu'on appelle aussi le mal. Elle se joue dans la vie comme une sorte de théâtre divin qui sublime les passions. La morale se présente finalement comme transcendante².

La déontologie

Le terme déontologie vient du grec *déontos*, devoir, et concerne les obligations auxquelles les professionnels sont tenus dans leur travail. La déontologie se décline sous forme de règles de type juridique qui précisent les comportements et les interdits liés à un métier donné. Ainsi par exemple l'article I-6 du code de déontologie des praticiens en psychothérapie relationnelle stipule : « Le praticien en psychothérapie

1. J.Tooby et L.Cosmides « The psychological foundation of culture », in *The Adapted Mind* Oxford University Press 1992, 666 p.

2. Bertrand Vergely, « La vertu », in *Deviens qui tu es* Albin Michel 2014, 344 p.

relationnelle s'abstient de toute relation sexuelle avec les personnes qui le consultent ainsi qu'avec ses étudiants en formation et collègues en supervision. »¹ Nous sommes bien dans la loi que se sont donnée entre eux les membres d'une association professionnelle, certes en cohérence avec la morale qui prévaut dans la société, mais pas seulement. Il s'agit aussi de modalités spécifiques à la psychothérapie que la transgression rendrait inopérante parce que la qualité relationnelle changerait de nature. La relation sexuelle irait à l'encontre des buts de la psychothérapie parce qu'elle transformerait complètement les modalités relationnelles, leur faisant perdre le caractère thérapeutique qui faisait leur raison d'être, sans parler des dégâts éventuels sur la psyché des personnes concernées dont certaines pourraient s'en trouver gravement troublées, surtout en cas de fragilité psychique.

En fait, toute règle déontologique concernant l'exercice de la psychothérapie se veut au service du seul processus psychothérapique, écartant tout parasitage qui le pervertirait, indépendamment même de la morale ambiante. Nous sommes donc là dans le domaine non plus moral mais juridique. Il s'agit de lois officielles quand le code de déontologie d'une profession est légalisé par l'État, ce qui est notamment le cas des médecins, pharmaciens, avocats, architectes, sages-femmes etc. Dans les autres cas, il s'agit d'un contrat de droit privé entre l'association professionnelle qui le promeut et les membres qui s'engagent à le respecter. Une commission de déontologie a généralement pouvoir de sanction quand l'un des professionnels a transgressé un article du code, et les tribunaux se réfèrent aussi à ces règles déontologiques quand un plaignant s'adresse à eux. Il s'agit bien de droit et non de morale, même si la plupart des obligations partagées par un groupe professionnel reflètent des valeurs ou des

1. Code de déontologie des praticiens en psychothérapie relationnelle, consultable sur le site www.snppsy.org

principes jugés fondamentaux qui de ce fait peuvent aussi ressortir à la morale.

Si la morale est un idéal vertueux, la déontologie pallie le manque d'une vertu qui s'avère n'être pas toujours naturellement présente chez tout professionnel. C'est pourquoi elle impose des règles pratiques détaillées sur le mode de l'obligation légale. Elle s'affranchit cependant de la morale parce qu'elle a d'autres buts. D'une part elle vise à la fois à protéger le public et préserver la réputation de la profession ; d'autre part elle participe aux règles de l'art du métier, aux modalités pratiques de son exercice. Une règle déontologique n'est donc pas posée parce que le comportement qu'elle interdit serait mal ou au contraire celui qu'elle rend obligatoire serait vertueux, mais parce que c'est la loi que s'est donnée une profession et parce qu'on fait comme ça dans les règles de l'art de ce métier-là pour qu'il puisse fonctionner.

Les règles déontologiques de la psychothérapie relationnelle utilisent dans leur vocabulaire un certain nombre de concepts comme les notions de personne, de sujet, de responsabilité, de soin, de vie psychique et de symbolisation qui sont issus de la philosophie, de la culture occidentale et de l'histoire de la psychologie et de la psychanalyse et qui visent au meilleur effet thérapeutique. C'est là qu'elles découlent de l'éthique appliquée à la psychothérapie qui interroge ces mêmes concepts avec lesquels elle va questionner non seulement la morale et la déontologie, mais aussi les fondations de la psychothérapie relationnelle et sa pratique.

L'éthique

Aristote a recherché la nature du Souverain Bien en s'appuyant sur la raison. C'est le but de ce qu'il appelle l'éthique, dans une démarche dynamique en vue de la vie

bonne¹. L'éthique s'interroge depuis lors sur le pourquoi et le comment des principes moraux et des lois qui devraient orienter notre action dans les différentes situations de la vie, avant même qu'on puisse les considérer comme idéal moral absolu ou règle intangible de droit. Elle n'apporte donc pas de solutions toutes faites aux problèmes concrets mais cherche à poser les bonnes questions en vue d'orienter les réponses vers le plus utile et le plus juste. Elle est une réflexion sur les comportements à adopter pour rendre la vie bonne dans un monde humainement habitable. Au regard d'Aristote, il s'agit de vivre une vie digne d'être vécue c'est-à-dire accomplie. Il conçoit aussi le bonheur individuel en rapport avec le bonheur de la cité, ce qui inclut une dimension relationnelle et sociale.

Émile Littré la définit comme « la science de la morale »² c'est-à-dire la pensée qui examine les jugements moraux, la philosophie qui prend les mœurs pour objet, la réflexion argumentée en vue du bien agir. Le mot « éthique » vient du grec *èthos*, caractère, manière d'être, vertu, mais aussi de *éthos*, habitude. « La vertu (*ἦθος*, *èthos*) est le résultat de l'habitude (*ἔθος*, *éthos*) » dira Aristote³. La notion d'éthique viendrait aussi du sanscrit *śīla*, la vertu, et *svadhā*, se poser soi-même, prendre une attitude. Il s'agit de poser une pensée sur les mœurs pour une attitude juste, dans la visée du plus utile, du plus valable⁴ pour bien vivre et, dans le cas qui nous occupe, pour exercer au mieux la psychothérapie relationnelle ou la psychanalyse.

1. Aristote *Éthique à Nicomaque* [349 av JC] Librairie Vrin 1990, 545 p.

2. Émile Littré *Dictionnaire de la langue française* Hachette 1872

3. Aristote *Éthique à Nicomaque* op. cité.

4. L'éthique implique la notion de valeur. Ce mot vient du latin *valor*, dérivé de *valere* qui signifie « être fort, puissant, vigoureux ». On parlera de « valeurs morales » pour désigner des principes partagés par un grand nombre pour guider les comportements avec autrui, valeurs morales souvent associées à des religions ou à des idéologies qui ont inspiré des systèmes politiques, comme les valeurs occidentales issues du christianisme et des philosophes des Lumières.

De son côté le philosophe Paul Ricœur la décrit comme une intention¹, tel l'archer qui vise sa cible, ce qui fait de l'éthique une direction, un mouvement vivant orienté vers le bien et pas du tout une règle statique. Il sépare ainsi l'éthique de la morale, jusqu'alors souvent confondues.

L'éthique ne renvoie donc pas à l'idéal comme la morale ni à l'obligation comme la loi juridique ou la déontologie, mais à l'attitude la plus juste dans une situation donnée. Elle ne lutte pas contre le mal mais pour le bien ou en tout cas pour le mieux possible, compte tenu de la réalité humaine avec ses désirs et son besoin d'accomplissement. Elle cherche plus simplement le meilleur à partir du réel. En ce sens elle n'est pas transcendante comme la morale mais concrète et immanente². Elle examine les choses dans la profondeur de leur réalité, de leur vérité, pour les agencer dans le sens de ce qui est bon pour la vie. Cela suppose d'intégrer la relation : « Le sens qui est ainsi poursuivi est donc toujours l'accomplissement et la jouissance d'être, mais dans la perspective d'une nouvelle relation à autrui, possible par essence, et qui est la réciprocité. »³

L'éthique part d'une inquiétude qui vient se glisser entre la réalité des mœurs et l'idéal d'une moralité universelle ou entre deux valeurs qui se contredisent⁴. Face à un dilemme éthique où des valeurs s'opposent, il convient d'ordonner celles-ci en fonction de leur importance. La hiérarchisation des valeurs est une démarche essentielle de la pensée éthique pour tenter d'identifier l'action à poser dans le sens du plus utile et du plus juste. La meilleure solution cherchera à concilier les valeurs selon leur ordre de priorité.

1. Paul Ricœur « L'intention éthique », in *Encyclopedia universalis* 1997

2. Bertrand Vergely « L'Éthique », in *Deviens qui tu es* op. cité

3. Robert Misrahi « L'Éthique », in *100 mots pour construire son bonheur* Le Seuil, 2004, 444 p.

4. Laurent Jaffro, « Éthique et morale », in *Notions de philosophie* tome III, Folio 2010, 736 p.

Ainsi l'éthique interroge les valeurs dans un souci de justesse. Elle oblige à une pensée créative mais droite qui fait notre beauté intérieure face aux défis de l'existence. « L'éthique, c'est l'esthétique du dedans. »¹ nous dit Pierre Reverdy. Elle nous replace dans la visée de l'être lui-même en l'appliquant ici aux situations concrètes de la psychothérapie.

L'éthique nous impose parfois de transformer la question : « quoi faire ? » par l'interrogation « qui être ? » pour que notre action reste au seul service du processus thérapeutique et de rien d'autre. Cette posture existentielle s'avère éminemment thérapeutique. Sur elle se fonde tout le champ de la psychothérapie relationnelle.

1. Pierre Reverdy *Le Livre de mon bord* Mercure de France 1949, 272 p.