

# Réflexions sur le développement personnel et le coaching

Ces dernières années, le nombre et la variété des techniques de développement personnel n'ont cessé de croître, de même que les stages pour s'y former... et les livres pour les présenter, les éditeurs ayant compris qu'il y avait là un créneau très porteur<sup>1</sup> !

Ce développement a cependant aussi suscité des questions, et l'on peut rappeler que dès 2000, Michel Lacroix s'inquiétait de la technicisation de la vie intérieure, et d'une promotion sans éthique d'un homme à la fois narcissique et prométhéen<sup>2</sup>. Quelques années plus tard, en 2005, le philosophe Roger Pol-Droit fustigeait dans un pamphlet percutant les innombrables marchands de conseils, qu'il qualifiait de « dangereux manipulateurs, arnaqueurs et propagateurs d'un totalitarisme d'un genre nouveau »<sup>3</sup>.

Et voilà qu'en 2009, viennent de paraître d'autres ouvrages tout aussi critiques sur le sujet. Leurs auteurs, selon des approches différentes, s'accordent pour démasquer le caractère réducteur des réponses données à des demandes légitimes de développement personnel, réponses simplistes, dérisoires voire aliénantes surtout quand il y a confusion de la vie professionnelle et intime.

Trois ouvrages ont particulièrement retenu notre attention.

## Je hais le développement personnel

Robert Ebguy, Eyrolles, octobre 2008

Ce livre est « un cri du cœur » ! Etonnant qu'un sociologue s'exprime ainsi ! On apprécie donc qu'un habitué de l'étude objective, et sans état d'âme, des faits sociaux, ne se contente pas d'une froide analyse qui réduirait l'humain à un simple objet et qu'il puisse aussi éprouver du dégoût pour certaines pratiques.

Robert Ebguy n'en analyse pas moins le *développement personnel* comme un fait social. Il y voit le symptôme d'une crise identitaire sans précédent, sur fond de peur

1 Voir note de lecture Bulles n° 101, 1er trimestre 2009

2 Le développement personnel, Ed. Flammarion collection Dominos

3 Votre vie sera parfaite, gourous et charlatans, Ed. Odile Jacob

de l'exclusion dans un monde en perpétuel changement et soumis à de multiples influences. Pour lui, le mot « société » serait supplanté par l'ego et ne ferait plus recette ; aussi, se risquant à un néologisme évocateur, il appelle « egologie » ce qui deviendrait un substitut de la sociologie.

Devenu une mode, le coaching est accusé pêle-mêle de vendre des ersatz d'expériences de vie, même par « télécoaching », d'envahir l'espace privé par le contrôle social sous toutes ses formes (santé, éducation, lien social, spiritualité...), de faire du formatage et du conformisme, d'être une pratique sans éthique qui pervertit la morale - car il faut être gagnant à tout prix. D'ailleurs, il affirme que le coaching ignore tout de la psychologie tant ils sont antinomiques.

Face à tous ces défauts, une question récurrente scande les propos de l'auteur : « mais pour autant faut-il brûler les coachs ? ». Il ne donne pas de réponse catégorique à cette question, et d'ailleurs à quoi bon, puisqu'il annonce tout simplement la fin prochaine de cette mode qui passera, comme toutes les modes, et sera remplacée par autre chose !

En attendant, il propose une sorte de révolution silencieuse qu'il nomme encore par un néologisme, « l'egotopie ». Car, pour lui, le rapport à soi-même ne peut être technique, mais chacun peut devenir artisan de soi tout en s'inscrivant dans le champ social : par exemple on peut, à l'aide des nouvelles technologies, laisser une touche personnelle dans la société en mettant en œuvre ses capacités créatives originales.

## Extension du domaine de la manipulation - de l'entreprise à la vie privée

**Michela Marzano, Grasset et Fasquelle, octobre 2008**

Philosophe, chargée de recherche au CNRS, Michela Marzano étudie l'évolution du management depuis les années 70 jusqu'à la naissance d'une nouvelle idéologie qui aboutit au coaching, cet « ultime avatar du management ».

Ces coachs, « nouveaux prophètes », thérapeutes comportementalistes et autres spécialistes du bien-être dans les entreprises, ont réponse à tout. Leur démarche consiste à développer une capacité volontariste d'être gagnant : il s'agit en fait de savoir s'imposer aux autres par le contrôle des émotions, la confiance en soi et la maîtrise du langage, d'être maître de son destin et de communiquer selon les principes de la PNL.

Or le discours de ces gourous du « néo-management » est mensonger car il est

bâti sur des antinomies telles que performance et épanouissement personnel, engagement et flexibilité ou encore autonomie et conformité. De même, avoir lié les deux mots *ressources* et *humaines* serait une aberration qui tendrait à réduire l'être humain à une ressource, donc une simple chose, voire une machine programmable. Et de citer Klemperer, un professeur juif allemand sous les nazis, qui notait au jour le jour l'évolution du langage et observait par ce moyen la montée du totalitarisme nazi : « Les mots peuvent être comme de minuscules doses d'arsenic ; on les avale sans y prendre garde, ils semblent ne faire aucun effet, et voilà qu'après quelque temps, l'effet toxique se fait sentir ».

D'ailleurs, les coachs agissent selon un modèle humain rêvé par les employeurs ignorant les conséquences psychiques de ce modèle sur l'individu, sans tenir compte de ses fragilités et de ses vulnérabilités. L'essentiel est d'amener à croire que le sentiment personnel de bien-être agirait de façon exponentielle sur la performance professionnelle et que « labeur et bonheur » seraient indissociables ; « véritable sacre du travail » qui serait investi d'une qualité magique d'être le seul à donner un sens à la vie, s'indigne l'auteur. Le résultat est que jamais l'angoisse n'a été aussi forte dans le monde de l'économie, et les suicides aussi nombreux.

## Se réaliser - Petite philosophie de l'épanouissement personnel

Michel Lacroix, Robert Laffont, janvier 2009

Tout d'abord, il convient de noter le choix du titre. L'auteur nous dit bien qu'il aurait pu opter pour un autre parmi la grande diversité de mots disponibles, cette abondance lexicale étant pour lui le signe d'une aspiration profonde de l'être humain, dont les origines remontent au XVIII<sup>e</sup> siècle et coïncide avec l'apparition de l'individualisme. Il rappelle que nombreux ont été les hommes de culture du passé qui se sont interrogés sur les moyens d'épanouissement de l'individu ; et certains avaient su mettre en garde contre l'égotisme et le fantasme de grandeur, tant « il est absurde de vouloir se réaliser seul ». Ces auteurs n'auraient-ils pas du mal à reconnaître aujourd'hui leur part d'héritage ?

Philosophe, passionné de psychologie, Michel Lacroix s'intéresse aux idées novatrices américaines de Carl Rogers et Abraham Maslow. Or ce sont ces derniers qui ont inventé le *développement personnel* à Esalen, ce haut lieu du *potentiel humain* dans les années 60/70. « Il ne faut jamais sous estimer les mutations langagières » prévient Michel Lacroix qui oppose l'autoréalisation du *développement personnel* à l'épanouissement par la transcendance, qu'elle soit religieuse ou métaphysique.

Ainsi, la promotion du souci de soi équivaut au « chacun pour soi », alors que l'épanouissement par la transcendance offre à l'être ce qu'il y a de plus élevé dans la hiérarchie des valeurs.

Néanmoins, il reconnaît à Rogers et Maslow le mérite d'avoir voulu renouveler la psychologie comme alternative à la psychanalyse, tout en déplorant l'influence néfaste de la contre culture qui naît au même moment. En s'élevant contre la pensée dite bourgeoise et/ou occidentale, complice du capitalisme, la contre culture prenait le contre pied de la raison et des religions monothéistes au profit du « tout se vaut », dans une vision délibérément optimiste de l'être humain. En empruntant au bouddhisme, au yoga, ou au taoïsme, elle est responsable d'une technicisation de la psychologie. Et en tournant le dos à la culture occidentale, cette aspiration profonde de l'être humain à se réaliser s'est privée de richesses culturelles, aboutissant à un appauvrissement humain. Le comble, c'est que la contre-culture qui combattait la « Grande Technique a fait du développement personnel une Grande Technique ». Mais enfin, « que je le veuille ou non l'existence de mon potentiel ne peut être attestée par des preuves scientifiques » et par conséquent le travail sur soi par la pensée positive n'est que de l'ordre de la croyance, et « l'auto-réalisation d'abord une auto-persuasion ».

Michel Lacroix exprime son grand « désir de souligner le rôle de la culture littéraire et artistique dans le développement personnel... en s'élevant contre la tendance actuelle à le réduire à des techniques de gestion mentale, à des méthodes cognitives, à des outils de déprogrammation et de reprogrammation ».

Quant à ses aspirations personnelles, il les fonde sur « une synthèse de l'individualisme et de la tradition » rappelant l'idéal rabelaisien : « fais ce que tu voudras et cultive ton humanité par les richesses léguées par tes ancêtres ». Et il conçoit plus explicitement son épanouissement personnel en choisissant d'abord Emmanuel Mounier dont les idées en appelaient à une civilisation et à des institutions personalistes et ensuite Abraham Maslow qui, à la fin de sa vie, rejoignait ces mêmes idéaux politiques de « bonne société ».

### ▀ Pour conclure

« Quelle misère... » est-on tenté de dire ! Bien que cette expression ne figure dans aucun des ouvrages, n'est-ce pas un sentiment de misère qui semble avoir habité ces auteurs pour qu'ils aient décidé de s'exprimer publiquement sur ce phénomène de société et sa fâcheuse portée ?

