

Dr. J. L. Moreno, ce créateur

 journal.odef.ch/dr-j-l-moreno-ce-createur/



Par Norbert APTER.

« Malgré sa célébrité, et surtout la notoriété du psychodrame, devenu nom commun, on aurait pu tout aussi bien écrire : «Moreno, cet inconnu », «Moreno, ce méconnu», ou « Moreno, ce pillé ». ...

On peut se demander comment et pourquoi Moreno a réussi ce tour de force d'être à la fois si célèbre et si méconnu, si utilisé et si peu réellement lu et enseigné « dans le texte », du moins en Europe occidentale et dans les pays de langue française. ...

Cependant, il est certain que Moreno a marqué son temps et son époque. Il a été, sinon le seul, du moins l'un des premiers et des plus tenaces à vouloir changer le monde par les sciences sociales et à faire le saut entre macro-sociologie, micro-sociologie et psychothérapie. »

Pr. Anne Ancelin Schutzenberger¹.

Médecin des pauvres et des personnes fragiles, Dr J. L. Moreno (1889²-1974), psychiatre viennois, né à Bucarest (Roumanie) dans une famille juive, aime travailler à ses débuts *in situ*. Il le fait notamment avec les prostituées à Vienne (1913), puis avec les réfugiés à Mittendorf (1915-1917). Dès les années 1920, à travers son théâtre d'improvisation le « *Stegreiftheater* », il réalise l'importance et l'efficacité d'un principe qu'il développe : *mettre en action plutôt que parler de*. En effet, si les mots sont utiles, l'action, elle, met à contribution notre organisme tout entier. L'hypothèse de Moreno est que cette mise en mouvement globale facilite d'autant plus l'expression, l'exploration et le changement.

En 1925, il s'installe à Beacon (New York, USA). Grâce à ses connaissances en tant que médecin spécialisé en psychiatrie sociale, sociologue et philosophe, il identifie l'interaction (c'est-à-dire la synthèse relation-action) comme étant au cœur du développement de la personne. « Au commencement est la relation », dit Martin Buber³, « au commencement est l'interaction » aurait pu dire Moreno, tant il considère que la relation et l'action⁴ sont omniprésentes dans nos vies.

C'est ainsi que dans la première moitié du XXème siècle, il devient le pionnier de la psychothérapie de groupe, l'initiateur de la sociométrie (à l'origine des approches systémiques), le précurseur de la sociatrie, le créateur de la recherche-action et le fondateur d'une méthode d'approfondissement des interactions et de la croissance relationnelle. Cette dernière se décline de deux manières distinctes : le Psychodrame (thérapeutique) et les Méthodes d'Action (pédagogiques et sociales).

Voici une présentation brève de ces diverses contributions de J. L. Moreno.

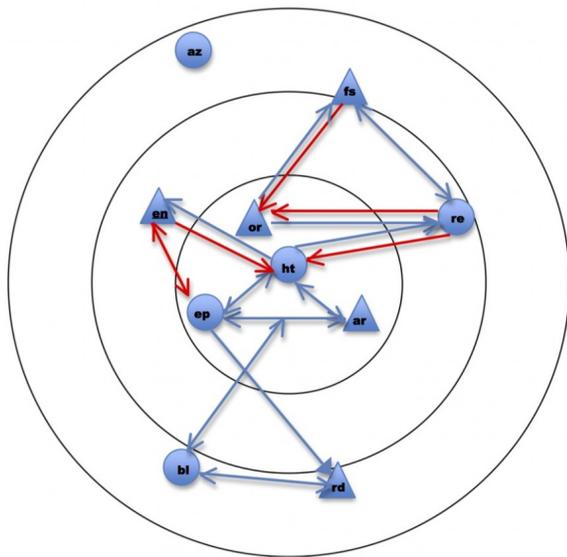
Pionnier de la psychothérapie de groupe

À l'aube de la psychologie du XXème siècle, Moreno réalise que les interactions que la personne a vécues tout au long de sa vie participent réellement de ce qu'elle est et de la manière dont elle fonctionne actuellement. Pour lui, par les interactions, la personne s'est construite, par les interactions elle peut donc construire son changement. Ainsi à une époque où la psychothérapie naissante propose le recul de la séance individuelle, Moreno ajoute, dans les années 1930, l'immersion – facilitée par l'intermédiaire du groupe – dans ses interactions, ses dynamiques et sa créativité : c'est la naissance de la psychothérapie de groupe. Ce type de psychothérapie permet à la personne d'être accompagnée thérapeutiquement dans l'expérience du « monde en relation » dans lequel elle vit, avec les soutiens et parfois les rivalités qui existent. Grâce à la présence du groupe, l'expérience thérapeutique lui permet d'oser se montrer réellement telle qu'elle est et de découvrir l'autre dans sa singularité. Ainsi la personne recrée-t-elle peu à peu des liens qui ont le plus souvent toute leur raison d'être : dans le *setting* thérapeutique, ils deviennent correcteurs ou réparateurs, et parfois scénariques, c'est-à-dire qu'ils reproduisent un schéma relationnel que la personne connaît et qui peut alors se travailler *in situ*. L'espace groupal donne aussi à chacun la possibilité d'obtenir peu ou prou les impressions, les ressentis, les apports des

autres. Parallèlement à cette découverte de Moreno, Irvin Yalom a depuis mis en évidence 10 facteurs curatifs majeurs de la psychothérapie de groupe, établissant ainsi l'efficacité de celle-ci⁵.

De nos jours, à côté de la méthode de Moreno, de très nombreux types de psychothérapie de groupe sont utilisées dans le monde, avec diverses autres méthodes.

Inventeur de la sociométrie, précurseur des approches systémiques



Atome social professionnel de ht

En 1935, posant les bases de la sociométrie avec Helen Jennings, Moreno développe une représentation graphique des relations au sein de la communauté des jeunes filles de Hudson (N.Y., USA). Il met en place une série d'outils de mesure et d'analyse des relations permettant d'étudier la forme que prend notre nature sociale, à un instant T, dans un groupe ou une équipe spécifique. La sociométrie devient peu à peu « une approche quantifiable, expérimentale, mesurable et métrique » des relations interpersonnelles⁶. À partir des exercices sociométriques proposés, les dynamiques d'un groupe ou d'une équipe spécifique sont mises en évidence. Celles-ci ne sont pas toujours connues ou conscientes. Les liens et les non-liens entre les membres du

groupe apparaissent et révèlent les structures cachées de son organisation, de son « système ». Moreno est ainsi le précurseur⁷ (souvent méconnu) des approches systémiques qui se développeront plus tard : « L'approche systémique est à la fois induite et raccrochée à la sociométrie. »⁸.

Précurseur de la sociatrie

S'intéressant au groupe et aux systèmes, Moreno rêve, en réalité, que l'humanité toute entière puisse être guérie de ses maux, et non seulement quelques personnes ici et là, quelques groupes ou équipes. C'est pourquoi il invente *une science visant à guérir les systèmes sociaux, des plus petits aux plus grands systèmes : la sociatrie*. Ce terme réunit la vision systémique qu'il a des relations et de la notion de soin qui lui est chère. Il clarifie ainsi la fonction du médecin, spécialisé en psychiatrie sociale, qu'il est : soigner cette société normale dans laquelle nous vivons, qui a ses maux normaux, et ses ressources normales... et qui souffre de ce qu'il appelle la « normose » – cette lutte pour être normal – de ceux qui « gèrent leur vie sans psychothérapie »⁹. Actuellement, force est de constater qu'un très petit nombre de professionnels dans le monde cherche à guérir les macro-systèmes : jusqu'à maintenant, Moreno a donc été un créateur de la sociatrie peu suivi.

Créateur de la recherche-action

Animé d'une grande curiosité scientifique, il se lance dans la recherche en 1909, lorsqu'il est sur le point de créer son école d'improvisation théâtrale à Vienne. Le théâtre devient alors un laboratoire ; la scène, le lieu d'expérimentation ; la spontanéité et la créativité en sont le sujet de l'étude. Il se centre sur « la capacité humaine à prendre et à attribuer des rôles et par là-même à créer son propre rôle, le Monde et le Moi » Renée Oudijk¹⁰. Il poursuit sa recherche-action, au-delà du théâtre : *in situ* et dans sa pratique professionnelle de psychiatre et de sociatre.

Les observations et la réflexion critique des résultats obtenus deviennent les moteurs du développement et des ajustements de sa méthode. Ceci a d'autant plus d'importance pour lui que dès le début de son élaboration, il désire qu'elle soit une exploration scientifique des interactions.

Fondateur du Psychodrame et des Méthodes d'Action

La méthode que crée Moreno prolonge et se relie intimement à ses autres innovations (psychothérapie de groupe, sociométrie, sociatrie et recherche-action). Sur la base de l'hypothèse que l'interaction peut être mise à profit pour faciliter les changements désirés, Moreno élabore les fondements théoriques et pratiques, amples et sécurés, d'une méthode permettant à une personne ou à un groupe de *montrer plutôt que parler de*¹¹.

En tant que psychiatre, il aurait pu simplement créer une nouvelle méthode psychothérapeutique, mais sa conscience sociale – pour ne pas dire sociétale – probablement exacerbée par l'entre-deux-guerres, l'amène à concevoir une méthode qui ne soit pas limitée à sa dimension psychothérapeutique et qui ait comme objectif « pas moins que la totalité de l'humanité »¹². Son vœu s'est réalisé.

Actuellement les deux déclinaisons majeures de sa méthode sont utilisées dans le monde entier¹³ :

- une déclinaison est clinique, psychothérapeutique, c'est *le Psychodrame*, dont la modalité de base est : mettre en scène la réalité intérieure du patient. Celui-ci a ainsi la possibilité d'utiliser la scène pour représenter, travailler, défiger, dénouer des situations du passé mal vécues, qui restent douloureuses ou non terminées. Il peut aussi choisir de s'adresser à des situations du présent, ou à des rêves, des cauchemars, ou même à des situations anticipées de son futur. Par la mise en scène, il y a là le plus souvent des extériorisations de processus internes mentaux qui, de par l'utilisation de la méthode et de ses diverses techniques, permettent d'activer le changement désiré. Le psychodrame s'effectue en séance individuelle (auquel cas le patient joue tous les rôles présents dans la situation) ou en séance de groupe (durant laquelle les autres membres du groupe jouent certains rôles des scènes présentées).

- l'autre déclinaison est pédagogique et sociale, *les Méthodes d'Action* : dans la formation, l'enseignement, l'animation de groupe ou la gestion d'équipe, cette application non-thérapeutique de la méthode de Moreno transforme ce qui aurait pu n'être qu'une simple mise en action en un processus élaboré et sécurisé. Elle vise d'une part à faciliter les prises de conscience et l'intégration de connaissances (ce qui permet à l'apprentissage effectué de se transformer en compétences) et d'autre part, à accompagner le processus d'une personne, d'un groupe ou d'une équipe et à le redynamiser¹⁴. Les nombreuses techniques mises au service de la méthode promeuvent l'intelligence multiple et l'intelligence collective menant à l'approfondissement désiré des sujets traités. Ceux-ci peuvent relever de la réflexion (abstractions, concepts...), de l'action (comportements, processus concrets, reliés à la pratique professionnelle de tous les jours) ou de la relation (interactions, dynamiques du groupe ou d'une équipe).

Bien entendu, chacune de ces déclinaisons de la méthode de Moreno génère le changement de manière distincte car elle a ses spécificités méthodologiques du fait de ses champs d'application et de leurs limites. Lire aussi : [La Méthode de Moreno : Le Psychodrame et les Méthodes d'Action](#)

Conclusion

Moreno, tout au long de sa vie, a choisi d'aller au-delà de ce qu'il a appelé les « conserves culturelles » (ces éléments du passé qui sont figés, comme des « produits finis ») ; il a créé, il a innové.

En outre, la toile de fond de chacune de ses innovations a la même source : sa soif de comprendre les relations interpersonnelles, qui s'est accompagnée inlassablement d'une confiance dans les ressources de chaque personne et d'un désir de faciliter la résolution des conflits, l'apaisement interne et externe de chacun. En effet, la « vivacité » de sa méthode vise à ouvrir la personne « à ses propres ressources créatives »¹⁵. Ainsi peut-elle les expérimenter, les tester, et découvrir comment les utiliser dans la résolution des problèmes et/ou des conflits qu'elle rencontre.

Conscient que son idéal philosophique et sociétal (de résolution de conflits) était une tâche bien trop ambitieuse pour une personne seule, il a formé à sa méthode de nombreux professionnels, qui à leur tour en ont formé d'autres, jusqu'à devenir des milliers sur les cinq continents¹⁶.

La plus grande bibliographie multi-langues existante, issue de ces professionnels du monde entier, est mise à disposition depuis de nombreuses années sur internet par James M. Sacks, Jeanine Gendron and Marie-Thérèse Bilaniuk: <http://pdbib.org>

Cette bibliographie représente une source d'approfondissement exceptionnelle.

Quelques pistes pour en savoir plus

La psychothérapie de groupe

Kipper, D. A. (1992). Psychodrama: Group psychotherapy through role playing. *International Journal of Group Psychotherapy*, 42, 495-521.

Treadwell, T. W., & Kumar, V. K. (2006). Introduction to the special issue on using group action techniques with children and adolescents. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, & Sociometry*, 57, 155.

Verhofstadt-Denève, L. (2012). Subgroup conflicts? try the psychodramatic “double triad method”. *International Journal of Group Psychotherapy*, 62(2), 253-281.

La sociométrie

Graf, W. (2009). Sociometry, Peace research and Creative Conflict Transformation: an invitation to an encounter between J.L. Moreno and Johan Galtung. *Forum*, 3.

Hale, A. E. (2009). Moreno's sociometry: exploring interpersonal connection. *Group: the journal of the Eastern group Psychotherapy Society*, 33(4), 347-358.

Lucius, R. H., & Kuhnert, K. W. (1996). Using sociometry to predict team performance in the work place. *Journal of group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 49, 120-132.

La sociatrie

Articles de journaux spécialisés tels que : *Sociatry* ou *International Journal of Sociometry and Sociatry*

La recherche action

Carter, P. D. (2002). Building purposeful action: action methods and action research. *Educational Action Research: An International Journal*, 10, 207-232.

Marra, M. M., & Costa, L. F. (2004). A pesquisa-ação e o sociodrama: Uma conexão possível? . *Revista da Brasileira de Psicodrama*, 12 (99-116).

Le psychodrame

Clayton, M. (1994). Role theory and its application in clinical practice. In M. Karp & M. Watson (Eds.), *Psychodrama since Moreno: Innovations in Theory and Practice* (pp. 121-144). London and New York: Brunner-Routledge.

Karp, M., Holmes, P., & Bradshaw Tavon, K. (1998). *The Handbook of Psychodrama*. London and New York: Routledge publ.

Kellermann, P. F. (1992). *Focus on Psychodrama. The Therapeutic Aspects of Psychodrama*. London (England). Bristol, PA (USA): Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Les Méthodes d'Action

Bannister, A., & Huntington, A. (2012). Warming up: introducing action methods and work with young people. In A. Bannister & A. Huntington (Eds.), *Communicating with Children and Adolescents: action for change*. London: Jessica Kingsley.

Wiener, R. (1997). *Creative training: Sociodrama and team building*. London: Jessica Kingsley.

Williams, A. (1991). *Forbidden agendas. Strategic action in groups*. London (England). New York, NY (USA): Tavistock / Routledge.

Notes

¹Extraits de la présentation du Dr J. L. Moreno que le Pr Anne Ancelin Schutzenberger fait, sur son site: <http://perso.wanadoo.fr/a.ancelin.schutzenberger/moreno1.htm> , consulté le 12 août 2005.

²Pendant longtemps, on a considéré, de manière erronée, que Dr J.L. Moreno était né en 1892 (Marineau, R. (1989). *J.L. Moreno et la troisième révolution psychiatrique*. Paris: Editions A.M. Métailié).

³Buber, M. (1969). *Je, Tu*. Paris: Edition Aubier, p. 38.

⁴Une non action étant considérée comme une action.

⁵Yalom, I. D. (1995 (original 1931)). *The theory and practice of group psychotherapy*. New York, N.Y.: BasicBooks.

⁶Ancelin-Schutzenberger, A. (2003 (original en 1966)). *Le psychodrame*. Paris: Payot & Rivages, p. 324.

⁷Il convient de reconnaître Moreno comme le précurseur de l'approche systémique: l'indubitable paternité de cette approche revenant à Ludwig von Bertalanffy.

⁸Garcet, M. (2012). *Changer le déterminisme social*. Paris: L'Harmattan, p. 237.

⁹Moreno, J. L., Moreno, Z. T., & Moreno, J. (1964). *The first psychodramatic family*. Beacon., N.Y.: Beacon House, p. 143.

¹⁰Baim, C., Burgermeister, J., & Maciel, M. (2007). *Psychodrama. Advances in Theory and Practice*. London and New York: Routledge, p. 225.

¹¹Moreno, J. L. (1934). *Who Shall Survive? A New Approach to the Problem of Human Interrelations*. Washington, D.C.: Nervous and Mental Disease Publishing Co.

¹²Moreno, J. L. (1934). *Who Shall Survive? A New Approach to the Problem of Human Interrelations*. Washington, D.C.: Nervous and Mental Disease Publishing Co., p. 3.

¹³Des instituts de formation au Psychodrame et aux Méthodes d'Action existent sur les cinq continents. En Europe, par exemple, les principaux reconnus sont regroupés au sein de la FEPTO, Fédération européenne et méditerranéenne des organismes de formation en psychodrame <http://www.fepto.com>

¹⁴Apter, N. (2011). Using Action Methods for training in Institutions, Companies and Organizations. *Mercurius*.

¹⁵Blatner , A., & Blatner, A. (1988). *Foundations of Psychodrama: History, Theory and practice*. New York: Springer Publishing Company, p. 75.

¹⁶Un très grands nombre de professionnels formés à la méthode de Moreno se sont regroupés notamment dans la section de psychodrame de l'IAGP, International Association for Group Psychotherapy and Group Process, <http://www.iagp.com>