

LES STAGES DE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL SE MULTIPLIENT, LES RISQUES DE DÉRIVES AUSSI

par Muriel ROZELIER

«A défaut d'une véritable législation, on peut vite basculer dans le charlatanisme.»

Un zeste de méditation, un rien de relaxation, peut-être même une pointe de karma, à moins, bien sûr, de préférer se concentrer sur ses chakras ? On trouve de tout dans la nébuleuse des techniques de développement personnel, censées aider l'homme ou la femme à mieux vivre avec soi et les autres.

Pour Anne, cela a commencé par un stage de yoga, il y a presque vingt ans. " Je souhaitais me détendre et réaliser quelque chose d'utile à moi-même", dit-elle. Depuis, elle a tout essayé : les cours de pensée positive, voire de gestalt-thérapie, en passant par une retraite bouddhiste - "difficile", concède-t-elle.

A 65 ans désormais, la voilà encore à la recherche d'un stage qui agrmente ses vacances de quelque rituel ésotérique. " C'est une réponse possible à une quête intérieure", se justifie-t-elle, presque confuse. Cette année, elle prévoit de partir faire du trekking avec un groupe, intéressé, comme elle, par la sagesse orientale. Mais, attention, il ne s'agit pas seulement de marcher ! Car ce voyage doit être encadré par un psychothérapeute.

Faute de données sérieuses, impossible de recenser l'ampleur de ce marché du "développement personnel". "Nous ne possédons aucun identifiant fiable qui traduise son importance. Nous savons, par contre, qu'il se développe de plus en plus", confirme Bernard Dréano, de la délégation générale à l'emploi et à la formation professionnelle (DGEFP) du ministère du travail.

Premiers intéressés : les seniors. Ils ont été, dès les années 1960, sensibilisés aux modèles issus de la contre-culture, de la pensée humaniste ou encore du mouvement dit du Potentiel humain. Le credo de ces courants ? Permettre aux individus de développer leurs potentiels en privilégiant l'être plutôt que l'avoir.

Importées en France au cours des années 1970, ces nouvelles pratiques mélangent, sans barguigner, les sagesse orientales aux chimères du Nouvel Age californien. La révolution hippie est passée par-là. Qui prône une vision de l'homme dans laquelle le corps et l'esprit ne font plus qu'un.

"Il ne s'agit pas seulement de narcissisme ou d'hédonisme. Ce qui prime ici, c'est une quête de changement personnel. Au départ, cette aspiration est souvent sous-tendue par une souffrance, psychique, physique ou affective, fait valoir Valérie Rocchi, sociologue attachée à l'Institut d'études politiques de Grenoble et auteur d'une thèse sur le sujet. Nous vivons dans une société d'incertitude dans laquelle l'impératif de réalisation personnelle fonctionne comme un puissant levier. "

Ces stages coûtent cher. En moyenne, il faut compter, pour une semaine, environ 500 euros de frais de formation. Si la dimension religieuse reste présente, elle s'efface aujourd'hui au profit de thèmes concrets, telle l'amélioration de ses capacités.

La littérature donne le ton : Guide de la réussite et de l'épanouissement personnel, Je réinvente ma vie... autant de titres qui connaissent le succès en librairie. "La population intéressée rejette ce qui touche au religieux et au ritualisme. Sa mystique tient plus du bricolage : elle puise dans différents courants religieux pour construire sa propre vision du monde", avance Valérie Rocchi.

CHARLATANISME

Mais, à défaut d'une véritable législation, on peut vite basculer dans le charlatanisme. Voire pire. "*La dérive sectaire ne représente pas le premier danger. On ne retrouve pas ici, normalement, la dépendance exclusive, la relation contrainte avec un gourou qui est la marque des sectes. On se situe dans un réseau lâche où chacun est libre d'expérimenter et de croire ce qui lui convient. Il existe, par contre, un vrai risque de manipulation mentale*", considère Thomas Lardeur, auteur d'un livre sur Les Sectes (Presses de la Renaissance, 346 p., 19 €)

Mieux vaut donc se souvenir que la scientologie possède, elle aussi, via la dianétique, une méthode proche des techniques de développement personnel. La récente dénonciation de Landmark Education, répertorié dans un rapport parlementaire de 1995 parmi les sectes qui, pourtant, continuent de proposer des stages de contrôle de soi et autres "*Think positive*", a de quoi inquiéter. "*Lorsqu'on touche à l'intime, à la psychologie, sans connaissances thérapeutiques réelles, le risque de déstabiliser plus encore des gens déjà fragiles est considérable*", fustige Frédéric Serrière, fondateur de l'agence de marketing SeniorStrategic, qui s'appête à lancer "*Equilibre*", un tour- opérateur mêlant voyages et psychothérapies.

Comment, dans ce cas, s'y retrouver ? Bernard Dréano, lui, préconise de cibler la nature du stage en faisant notamment attention au public auquel il s'adresse. Plus il est précis dans sa dénomination, plus il vise un public déterminé, moins on a de chances, selon lui, d'être déçu.

Quant à savoir si les techniques de développement personnel s'avèrent efficaces, c'est une autre question. Subjectif, leur impact n'est guère mesurable. Au moins l'intérêt de ces stages est-il d'explorer des terres parfois encore en friche. "*Quel mal y a-t-il à tenter de mieux se comprendre ? A chercher à s'améliorer soi-même et son rapport au monde ?*", confie Danielle, une adepte des spiritualités orientales. Aucun, assurément. Mais gare au réveil : par définition, une quête est toujours sans fin.

*** L'article de Muriel Rozelier a été publié dans Le Monde du 3 juillet 2004. Reproduit ici dans son intégralité, il est également visible sur le site de Mathieu Cossu www.prevensectes.com**