

Diffusé avec l'autorisation de la Revue Française de Yoga – n° 53 – Janvier 2016

## PLAN

### 1 - Définitions

- Autonomie/Hétéronomie
- Indépendance/Dépendance

### 2 - Besoins fondamentaux

- Appartenance
- Autonomie

### 3 - Les maladies de l'autonomie

### 4 - Pièges de l'autonomie

- Tout est possible
- Tout faire tout seul

### 5 - Evolution sociétale

- La modernité
- La postmodernité
- Et maintenant ?

Vers un « vivre ensemble »

## Présentation de l'auteur

Chantal Masquelier-Savatier, psychologue clinicienne, Gestalt-thérapeute agréée par la SFG, didacticienne et superviseure, enseignante à l'EFY, directrice de la *Revue Gestalt* de 2000 à 2010, auteur de *Comprendre et pratiquer la Gestalt-thérapie* (InterEditions chez Dunod, Paris, 2008, 2<sup>ème</sup> édition 2015), de *La Gestalt-thérapie* (Que-sais-je ? PUF 2015) et coordinatrice du *Grand Livre de la Gestalt* (Eyrolles, Paris, 2012).

## Résumé

Le mythe de l'autonomie habite notre société contemporaine. La promotion de l'individu, très présente dans la philosophie occidentale de l'époque moderne et post-moderne, associe responsabilité et liberté à cette prise d'autonomie. Néanmoins cette quête infinie dans un monde limité exerce une pression de réussite et de réalisation de soi qui engendre quelques malaises à l'origine de nouvelles pathologies. Dans cet article, l'auteur interroge ces notions existentielles et tente d'ouvrir quelques perspectives.

## Mots clefs

## Le mythe de l'autonomie (Chantal Masquelier)

Autonomie, hétéronomie, responsabilité, autorité, pression, dépression, dépendance, indépendance, individualisme, société.

### Le mythe de l'autonomie

La quête d'autonomie est brandie comme un étendard dans notre monde. Chacun aspire à l'autonomie, assimilée à la liberté individuelle. Le petit d'homme est le plus dépendant de tous les mammifères puisqu'il n'est pas équipé pour subvenir à ses besoins. Sa survie dépend de son entourage, ce qui justifie le célèbre aphorisme du psychanalyste Winnicott : « Un bébé seul n'existe pas » (1964). Sa croissance passe par l'acquisition progressive de compétences qui lui permettent de gagner en autonomie, de se différencier et de se séparer. Une croyance prégnante dans notre contexte occidental serait que grandir impose de gérer sa solitude et d'assumer ses responsabilités. Cette vision d'une autonomie radicale pousse à croire que l'humain pourrait se passer des autres : le but ultime de la vie serait de se débrouiller tout seul, prouver ainsi son indépendance et exercer son pouvoir sur le monde extérieur. Cette conception de l'autonomie, non sans conséquences dans la souffrance humaine contemporaine, est à questionner.

#### A propos des définitions

L'autonomie se définit par la capacité de quelqu'un à être « autonome », soit à ne pas dépendre d'autrui - du latin *autonomos* : qui se gouverne par ses propres lois -. Autonome s'oppose à hétéronome : qui reçoit sa loi du dehors au lieu de la tirer de soi-même, selon le Larousse. Aidés par le Petit Robert, nous pourrions compléter en disant que l'autonomie est le fait d'une volonté qui puise *en elle-même* le principe de son action, alors que l'hétéronomie est le fait d'une volonté qui puise *hors d'elle-même* le principe de son action. Ces notions, bien que proches des polarités dépendance/indépendance, s'en différencient par la référence à la loi, à la volonté et au pouvoir. Dans la dépendance et l'indépendance, il s'agit simplement de dépendre d'autrui, de quelque chose ou de ne pas en dépendre. Un glissement sémantique fréquent dans le langage courant conduit à associer l'autonomie à l'indépendance et par conséquent à opposer autonomie et dépendance. Or il semble que l'autonomie suppose une construction personnelle, alors que les termes de dépendance/indépendance décrivent seulement la relation à l'environnement.

Nous baignons dans une culture qui valorise l'autonomie et l'indépendance au détriment de l'hétéronomie et de la dépendance. Notre pensée rationnelle tend à nous enfermer dans un duel générant de multiples clivages : blanc ou noir, interne ou externe, bien ou mal, dedans ou dehors, profond ou superficiel, dépendant ou indépendant. Le plus souvent, un jugement moral est associé à l'une des polarités en excluant l'autre comme si elles ne pouvaient coexister. Pourtant cette vision exclusive ne correspond pas à la réalité de l'expérience humaine faite de nuances, de relativité et d'ambivalence. Dans le domaine clinique, la sortie du clivage est un facteur de transformation ; par exemple

## Le mythe de l'autonomie (Chantal Masquelier)

lorsqu'un patient sort de la projection et peut envisager qu'il est à la fois bon et mauvais, que son environnement n'est ni bon ni mauvais, que chacun fait ce qu'il peut là où il est, il perd quelques illusions et se met en mouvement.

Ainsi, il est classique de décrire la croissance de l'enfant comme une chemin qui le mènerait d'une dépendance absolue à une indépendance affirmée. Mais voir cette progression de façon linéaire fait fi des aléas de l'existence et de la coexistence. Une visée plus réaliste serait la possibilité d'un ajustement entre soi et autrui, tenant compte du fait que nous ne pouvons nous passer les uns des autres ; en ce sens, il serait plus adéquat de parler d'interdépendance et d'intersubjectivité. Interroger la notion d'autonomie nous amène à mettre en question quelques évidences notamment le fait de la considérer comme un mieux-être.

### Besoins fondamentaux

La gestion de l'autonomie se produit grâce à l'ajustement continu des échanges entre soi et autrui, entre soi et l'environnement. Classiquement, nous identifions deux types de besoins chez l'individu, pulsions primaires qui s'actualisent dans toute nouvelle situation :

- Le besoin d'appartenance : se sentir reconnu, intégré, uni, lié, relié, partie prenante... Ce besoin sécuritaire peut prendre différentes formes : attachement, fusion, effusion, contact physique, etc. Une forme régressive est le maintien dans la dépendance.

- Le besoin d'autonomie : se sentir différent, individué, séparé, unique, singulier, original... Ce besoin vital peut prendre des formes aventureuses : indiscipline, révolte, contestation, prises de risques, délits, etc. Une forme excessive est la contre-dépendance.

- Nous identifions un troisième besoin venant colorer et complexifier les deux premiers : le besoin d'affection. Se sentir aimé, apprécié, approuvé, valorisé, dans une recherche de contact, d'intimité, de proximité. Ce besoin, géré et assumé, débouche sur l'interdépendance. Il fait place à l'altérité, la coopération, la co-construction, le vivre ensemble.

Le développement humain se fait dans un jeu de concessions mutuelles entre les deux pulsions fondamentales : le besoin d'appartenance nécessaire à la survie et le besoin d'autonomie qui ouvre à la singularité et la créativité de chacun. La sécurité affective permet à l'individu de s'affranchir sans rompre les liens ce qui favorise une saine autonomie. Si le sentiment de sécurité affective fait défaut, le besoin d'amour se confond avec le besoin d'appartenance et risque d'entraîner une trop grande dépendance ou d'alimenter la contre-dépendance. Michael V. Miller, gestalt-thérapeute américain, parle de concilier la revendication du *je* et la revendication du *nous* : « La principale tâche du développement consiste en la réconciliation et l'intégration de ces deux types de besoins ». Le passage de l'adolescence, qui met particulièrement en jeu ce paradoxe de l'attachement, offre l'occasion de s'orienter et de s'autonomiser, mais se prête également à des dérives excessives (repli sur soi ou conduites à risques).

L'enjeu de la croissance et de l'individuation réside dans la possibilité de naviguer entre ces deux pôles, celui de l'attachement au risque de se laisser envahir, et celui du détachement, au risque de se sentir abandonné. L'existence soumet tout être à deux types d'angoisse : l'angoisse d'engloutissement dans une trop grande proximité et l'angoisse d'isolement dans une trop grande distance. Cette alternance est joliment

## Le mythe de l'autonomie (Chantal Masquelier)

imaginée par Schopenhauer dans la métaphore des hérissons : « Qui s'y frotte, s'y pique ! » Plusieurs auteurs ont décrit ces polarités. Otto Rank, psychanalyste dissident, distinguait « l'anxiété de vie » ressentie dans le mouvement qui nous propulse vers le monde au prix de la séparation, et « l'anxiété de mort » dans le sentiment d'étouffement, conséquence du rapprochement. La crainte de l'engloutissement ou d'invasion correspond au besoin d'appartenance, alors que la crainte de l'abandon est le corollaire du besoin d'autonomie. Les travaux de l'École hongroise de psychanalyse, à l'initiative d'Imre Herman, ont mis en évidence ce tiraillement entre deux mouvements pulsionnels, amenant ainsi une révision de la notion freudienne de pulsion libidinale. Dans cette lignée, Michael Balint, psychanalyste anglais, identifie deux tendances qui correspondraient aux pôles exposés précédemment : onophile (s'accrocher à, comme un coquillage au rocher) et philobate (aller vers, comme un acrobate qui s'élance).

Dans la perspective d'une conciliation, appartenance et autonomie ne s'excluent nullement et entrent dans une danse mutuelle. Prôner la seule autonomie pousse à une forme d'individualisme et risque de nous isoler en niant notre besoin fondamental d'attachement et de relation à l'autre.

### Les maladies de l'autonomie

La vie quotidienne au 21<sup>e</sup> siècle dans un pays occidental, prétendu civilisé, nous soumet à de multiples injonctions : « Tiens toi droit ! », « Travaille », « Fais du sport ! », « Gagne ta vie », « Débrouille-toi », « Chacun sa vie », « Assume-toi ! », « Prend tes responsabilités », « C'est ton problème ! », « Affirme toi », « Sois performant », ... etc. Ces messages censés pousser à l'autonomie, font pression au point d'exercer une forme de tyrannie. Ainsi cet encouragement à cultiver notre liberté individuelle et notre style de vie personnel se transforme en un vaste système normatif auquel il est difficile d'échapper sans un sentiment d'échec qui alimente la culpabilité et la honte de ne pas être à la hauteur de ce que la société attend de nous. Ainsi « la victoire de l'individu s'est transformée en victoire du système » sans que l'individu ait conscience de sa subordination.<sup>1</sup>

Le contexte économique et social contemporain engendre une nouvelle normativité incitant l'autonomie et l'initiative individuelle. Il s'agit de faire ses preuves dans un monde de concurrence. Il en résulte de nouvelles formes d'inadaptation telles la dépression qui se présente comme une *maladie de la responsabilité*, ainsi définie par le sociologue, Alain Ehrenberg. Dans son ouvrage *La fatigue d'être soi*<sup>2</sup>, il montre que le déprimé ne se sent pas à la hauteur et s'épuise à devenir lui-même. Son hypothèse est que « la dépression serait la pathologie d'une société où la norme n'est plus fondée sur la culpabilité et la discipline mais sur la responsabilité et l'initiative »<sup>3</sup>. Cela étant, l'individu serait confronté à une pathologie de l'insuffisance plutôt qu'à une maladie de la faute : « La névrose est un drame de la culpabilité, la dépression est une tragédie de l'insuffisance »<sup>4</sup>.

---

<sup>1</sup> Marc Hunyadi, *La tyrannie des modes de vie, sur le paradoxe moral de notre temps*, Ed. Lormond, Le Bord de l'eau (2014)

<sup>2</sup> Alain Ehrenberg (1998), *La fatigue d'être soi, dépression et société*, Odile Jacob (2<sup>e</sup> éd. 2000)

<sup>3</sup> Alain Ehrenberg, op.cit., p.16.

<sup>4</sup> Alain Ehrenberg, op.cit., p.19.

## Le mythe de l'autonomie (Chantal Masquelier)

De manière complémentaire, Bernard Fourez, psychologue systémicien, observe les *maladies de l'autonomie*<sup>5</sup>, particulièrement à l'adolescence. Si l'identité reposait autrefois sur l'appartenance, soit sur l'hétéronomie, les jeunes actuels n'appartiennent qu'à eux-mêmes, et leur identité se fonde sur l'autonomie. Le problème d'autrefois qui était de prendre son indépendance se formulait ainsi : « comment quitter mes parents ? » ; il se transforme aujourd'hui en trouble du rapport à soi-même et s'exprime plutôt sous la forme : « Je n'ai pas confiance en moi ». Nous passons ainsi de problématiques d'appartenance à des problématiques narcissiques rassemblées dans la nomenclature psychiatrique sous le terme de *borderline*. Contrairement à toute attente, il semblerait selon cet auteur que la radicalisation de l'autonomie se combine avec un accroissement de la dépendance, dans la mesure où le jeune livré à lui-même éprouve un tel besoin de reconnaissance qu'il redoute l'abandon et traverse des terreurs qui risquent de le conduire à quelques excès.

Le sentiment de culpabilité qui nourrit la névrose, si présente et repérée dans les générations précédentes, fait place à un sentiment d'échec et d'insuffisance à l'origine de nouvelles formes de malaise, par exemple l'hyper-activisme, la dépression, les addictions, le *burn out*. Depuis quelques décennies, dans la clinique des patients, nous rencontrons l'inconnu, le vide, le manque, le déficit, l'absence de mesure qui génèrent impulsion et la compulsion, au lieu de naviguer dans la zone autrefois plus familière de conflit, de restriction et de culpabilité générateurs d'angoisse. Si l'autonomie s'associe à l'injonction de performance et de réussite, elle nous place dans une contrainte paradoxale qui creuse le fossé entre ce que « je suis » avec mes limites, et ce que « je voudrais être » ou « ce que je me dois d'être », alors confondu avec les pressions sociales extérieures.

### Pièges de l'autonomie

Ainsi le mythe de l'autonomie, assimilée à la liberté et à l'initiative individuelle, pourrait alimenter quelques croyances lourdes à assumer et porteuses de mal-être, bien que visant explicitement le bien-être. Tout particulièrement, deux types d'écueils sont à considérer :

#### - « **Tout est possible !** »

Encourager l'autonomie peut conforter une tendance à la toute puissance. Il suffirait de vouloir pour pouvoir. Prôner le slogan américain : « *yes, we can !* » va dans ce sens. Dans une sorte de déni des difficultés, des limites et des incompatibilités, nous vivons l'illusion du pouvoir absolu. Ce stade de toute puissance infantile bien identifié par la clinique psychanalytique est un passage naturel lorsque que l'enfant n'a pas conscience des frontières entre lui et le monde externe. Mais aujourd'hui tout concourt à maintenir la personne dans cette idéalisation. Cette ambiance se traduit par la répugnance des adultes à faire preuve d'autorité sur leurs enfants. La grande permissivité des générations post-soixante-huitardes en France, aboutit au règne des « enfants rois »

---

<sup>5</sup> Bernard Fourez, « Les maladies de l'autonomie », in *Thérapie familiale*, Ed. Médecine & Hygiène, Genève, 2007, vol. 28, n°4.

## Le mythe de l'autonomie (Chantal Masquelier)

pour qui la moindre frustration est intolérable<sup>6</sup>. Ce modèle se poursuit dans la vie de l'adulte souverain, prétendu seul propriétaire de lui-même, libre de construire ses propres règles au lieu de se les voir imposées. L'autonomie signifie alors affirmation de soi, développement de ses ressources, épanouissement personnel. Autrefois, la hiérarchie trans-générationnelle était claire, et le conflit contre l'autorité était structurant. Aujourd'hui l'absence de repères et de verticalité crée une sorte de vertige où chacun doit trouver ses marques et démontrer sa compétence. Mais si ça ne marche pas comme on voudrait, la responsabilité de l'échec nous incombe totalement. Ne devant rien à personne, nous risquons de nous effondrer. Nous passons brutalement de l'enthousiasme du « tout possible », au désespoir du « rien n'est possible ! »

### - « Tout faire tout seul ! »

Un autre écueil résultant de la proclamation d'une autonomie radicale, est celui de l'autosuffisance. En effet l'individu autonome devrait pouvoir se passer des autres et ne compter que sur lui-même. Comme évoqué précédemment, cette indépendance poussée à l'extrême isole la personne et la confronte à l'angoisse de solitude. Éprouver la détresse de l'esseulement et de l'abandon fait sentir la fragilité de la condition humaine, sentiment antinomique de la toute puissance développée en amont. Le petit d'homme ne peut survivre seul et paradoxalement, l'environnement social nous pousse à croire que l'homme adulte pourrait vivre en autarcie. L'expérience clinique montre qu'il n'en est rien et l'accompagnement thérapeutique passe par l'acceptation que nous avons besoin les uns des autres : « rien n'est possible tout seul ! » Reconnaître notre faiblesse et notre besoin d'aide amène à l'humilité nécessaire pour cheminer dans un vivre ensemble.

La vision occidentale s'appuie sur le postulat incontesté d'un individu préexistant au lien social, ce qui entretient le mythe de l'autonomie. Le philosophe contemporain, Miguel Benasayag dénonce une forme d'individualisme liée à cette notion : « Création de la modernité, l'individu est une entité qui, se proclamant transhistorique et par là inébranlable, se considère comme ce sujet autonome séparé du monde conçu comme objet qu'il peut maîtriser et dominer<sup>7</sup> ». Dans une telle perspective, individu et société s'opposent ; nous serions dans une société de sujets individués et désincarnés qui se situent face au monde. Pourtant, la réalité quotidienne est tout autre : « L'homme est inséparable de l'environnement. Il appartient au monde qui l'inclut. Il influence son entourage autant qu'il est influencé. Organisme et environnement sont donc indissociables<sup>8</sup> ». Ainsi l'individu n'existe pas isolément de son entourage. C'est dans la situation qu'il se définit ; son degré d'autonomie et sa marge de liberté se relativisent en fonction du moment et du contexte : « C'est donc en situation que les hommes peuvent être créateurs de vie et de liberté en tant que parties de la situation<sup>9</sup> ». Dans ce paradigme situationnel, chacun participe à ce qui se passe de manière unique et singulière, mais sans maîtrise ni pouvoir. La participation de chacun conditionne l'ensemble, l'individu n'est pas séparé de la société. Il a besoin des autres autant que les autres ont besoin de lui. Prendre conscience de cette solidarité libère de la maladie de

---

<sup>6</sup> Daniel Marcelli, *L'enfant, chef de famille*, Albin Michel, Paris, 2003.

<sup>7</sup> Miguel Benasayag, *Le mythe de l'individu*, La Découverte, Paris, 2004, p. 13.

<sup>8</sup> Chantal Masquelier-Savatier, *Comprendre et pratiquer la Gestalt-thérapie*, InterEditions chez Dunod, Paris, 1998, p. 9.

<sup>9</sup> Miguel Benasayag, *op. cit.*, p. 88.

responsabilité et du risque de dépression qui en découle.

## Evolution sociétale

Situer la notion d'autonomie dans l'évolution de la pensée occidentale peut éclairer notre propos.

### - La modernité

La culture de l'époque moderne apparue en occident depuis le début de la Renaissance jusqu'au 19<sup>e</sup>, se construit sur la désacralisation de la dimension religieuse. Michel Foucault appelle « Époque de l'homme », cette organisation dans laquelle l'individu devient sujet de son histoire, délogeant de ce fait la divinité qui occupait cette place<sup>10</sup>. L'homme se doit de tout expliquer par lui-même. Il détrône les dieux pour s'appuyer sur la science et les techniques. Son autonomie naît de son libre arbitre ; il s'affranchit simultanément de la subordination au divin et au souverain, s'octroyant le pouvoir de choisir sa vie. La construction de la démocratie, elle-même, privilégie le pouvoir individuel<sup>11</sup>. Les prémices de l'individualisme s'enracinent dans la modernité.

### - La postmodernité

La société libérale repose sur la souveraineté des individus. L'essor industriel et les enjeux économiques placent les hommes en concurrence et les transforment en objets commerciaux. Dans l'individualisme post-moderne, le sujet circule dans un monde de supermarché, choisissant des objets en fonction de leur possibilité d'être utiles ou plaisants ; le sujet subit un renversement et se retrouve lui-même objet de convoitise. Si la modernité a prétendu rendre l'homme maître et possesseur de la nature, la postmodernité le rend captif du gigantisme de sa propre création. Le discours de l'homme moderne qui prétendait pouvoir tout changer se renverse dans la position de l'homme post-moderne qui ne peut rien changer. L'autonomie espérée se change en vécu d'impuissance.

Plusieurs regards convergent pour constater cette évolution sociétale. Nous avons cité les philosophes, les sociologues et le monde des « pys ». Les économistes nous rejoignent comme en témoigne Daniel Cohen : « La société post-industrielle promet d'abolir la verticalité de la société industrielle pour privilégier l'horizontalité ». Mais cette société, qui promettait l'émancipation et l'autonomie, exerce une pression en demandant à l'individu d'innover et de faire ses preuves. L'auteur dénonce la contradiction de cette injonction en remarquant que cette société post-industrielle produit le contraire de ce qu'elle annonce en créant de l'insécurité et de l'angoisse<sup>12</sup>.

### - Et maintenant ?

Nous passons d'un monde révolu où les rapports sociaux fonctionnaient dans un système de hiérarchie verticale, à un monde naissant où les rapports s'organisent horizontalement. L'insécurité de cette mutation nous oblige à inventer de nouvelles

---

<sup>10</sup> Cité par Miguel Benasayag, *De l'engagement dans une époque obscure*, Ed. Le passager clandestin, 2011, p. 20.

<sup>11</sup> Voir le concept de Marcel Gauchet : *L'individualisme démocratique*.

<sup>12</sup> Daniel Cohen, *Le monde est clos et le désir infini*, Albin Michel, Paris, 2015.

## Le mythe de l'autonomie (Chantal Masquelier)

formes relationnelles. L'autorité ne s'assimile pas à la domination et l'autonomie n'est pas synonyme de rébellion. Si l'autorité n'est plus imposée d'en-haut, elle n'est pas proscrite pour autant ; elle suppose des rapports de respect mutuel dans lesquels la répartition des places et des rôles n'est pas symétrique et la transmission garde sa valeur (relations parent/enfant, enseignant/enseigné, patron/employé, soignant/soigné). Dans la société moderne, l'autonomie impliquait l'affranchissement de l'héritage des valeurs ancestrales ; dans la société contemporaine, l'autonomie engage la personne dans sa singularité et sa différence, sans toutefois abolir le besoin de liens et d'appartenance. Les mutants que nous sommes éprouvent quelques difficultés à trouver et maintenir cet équilibre.

Pourtant l'autonomie ne se restreint pas à la protection individuelle et à sa défense, elle peut s'élargir à un collectif qui revendique son indépendance, par exemple celle d'un syndicat, d'une corporation, d'une langue, d'une nation, d'un peuple. Ainsi autonomie et solidarité peuvent s'associer lorsqu'un groupe se mobilise pour une cause commune. Les nouvelles technologies de communication et les réseaux sociaux facilitent cette sensibilisation. Certains mouvements récents illustrent bien cette forme d'autonomie solidaire : le printemps arabe (2013), la manifestation « Je suis Charlie » (début 2015), et tout récemment l'accueil des migrants de l'est (automne 2015). Dans ce type d'événements, la prise d'autonomie appartient au citoyen, la force résulte du rassemblement et le pouvoir politique échappe aux seuls gouvernants.

### Vers un « vivre ensemble »

Ces considérations sur la notion d'autonomie ouvrent une réflexion sur les conditions favorables à l'harmonie du « vivre ensemble ». En effet si le fait d'être autonome se construit sur la défense des intérêts personnels, notre société risque de basculer dans une forme d'individualisme forcené qui, comme nous l'avons vu, épuise les ressources humaines et produit de nouvelles pathologies. Considérer que nous appartenons à l'humanité et que chacun contribue à la « situation commune » change la perspective : « Le tout est supérieur à la somme des parties »<sup>13</sup>. Se vivant comme un élément de la situation à laquelle il participe, l'homme crée sa propre liberté dans une interdépendance. Cette vision permet de sortir de l'exclusion du « chacun pour soi » et de contribuer à une dynamique collective ; elle suppose d'abandonner une posture de savoir et de pouvoir sur l'autre pour faire place au mystère de la rencontre<sup>14</sup>. Cette posture s'incarne notamment dans la relation thérapeutique où ce qui se produit ne se limite pas à l'effet de l'un sur l'autre mais résulte d'une sorte d'alchimie qui dépasse l'un et l'autre. Penser en termes situationnels demande un effort aux héritiers de la tradition occidentale, mais nourrit une conscience solidaire qui rend obsolète l'opposition classique entre autonomie et hétéronomie.

### BIBLIOGRAPHIE

---

<sup>13</sup> Ce principe fondamental de la Gestalt-psychologie, à la source de la Gestalt-thérapie, inspire le courant de philosophie situationnelle développé, entre autres, par Miguel Benasayag.

<sup>14</sup> Jacques Blaize, *Ne plus savoir*, L'Express, Bordeaux, 2001.



## Le mythe de l'autonomie (Chantal Masquelier)

- M. BENASAYAG (1998), *Le mythe de l'individu*, La Découverte, Paris, 2004 – *De l'engagement dans une époque obscure*, Ed. Le passager clandestin, Paris, 2011 – *Clinique du mal-être*, La Découverte, Paris, 2015.
- J. BLAIZE, *Ne plus savoir*, L'Express, Bordeaux, 2001.
- D. COHEN, *Le monde est clos et le désir infini*, Albin Michel, Paris, 2015.
- A. EHRENBERG (1998), *La fatigue d'être soi, dépression et société*, Odile Jacob, Paris, 2000.
- J.P. GAILLARD (2009), *Enfants et adolescents en mutation*, ESF, Paris, 2013.
- M. HUYADI, *La tyrannie des modes de vie, sur le paradoxe moral de notre temps*, Ed. Lormond, Le Bord de l'eau (2014)
- D. MARCELLI, *L'enfant, chef de famille*, Albin Michel, Paris, 2003.
- Ch. MASQUELIER-SAVATIER (1998) *Comprendre et pratiquer la Gestalt-thérapie*, InterÉditions chez Dunod, Paris, 2015 - *La Gestalt-thérapie*, Que sais-je ? PUF, 2015.
- Ch. MELMAN, *L'homme sans gravité*, Denoël, coll. Folio essais, 2005.
- M.V. MILLER, *La poétique de la Gestalt-thérapie*, L'Express, Bordeaux, 2002.
- J.M. ROBINE, (2012) : *Le changement social commence à deux*, L'Express, Bordeaux, 2012.