

**Le développement personnel (DP) est une constellation de méthodes destinées à combler les besoins humains de "niveau supérieur". Explications.**

### **Le DP : un besoin ?**

Tout a commencé dans les années 60 à Esalen en Californie, avec "Le mouvement du potentiel humain" structuré par Abraham Maslow. Le célèbre psychologue humaniste différenciait les "*besoins psychologiques de base*" (physiologiques, de sécurité, d'appartenance et d'affection, d'estime) et les "*besoins de développement*" qui conduiraient à l'accomplissement de soi. En cela, il orientait l'humanité vers une nouvelle évolution.

Le DP s'appuie sur une approche pragmatique et optimiste. Celle-ci est fondée sur le "comment" et non sur le "pourquoi" comme le signale Michel Lacroix dans *Le développement personnel* (éd. Dominos/Flammarion). On y parle surtout de projet de vie, de la volonté de changer, bref de l'avenir ou du devenir du sujet-lecteur. Tous ces ouvrages ont deux caractéristiques communes : leur lisibilité et accessibilité.

### **Simple, trop simple ?**

A en croire Marion Mazauric, la créatrice de la collection "Bien-être" et "Aventure secrète" chez J'ai lu, le DP est un concept plutôt simple. Il prône l'évolution personnelle dans tous les domaines, qu'il s'agisse de la vie professionnelle, familiale, affective et sexuelle ou relationnelle. Pourtant, la nature du DP est complexe et difficile à théoriser.

Partout on fait référence à ses techniques, mais sans jamais en définir les contours ! Edmond Marc, auteur du *Guide pratique des nouvelles thérapies* (Ed. Retz, Paris) énonce cette tentative de définition : "*Le développement personnel inclut toutes les démarches qui peuvent favoriser l'évolution, la croissance, le développement du "potentiel humain", indépendamment de l'idée de maladie. Il s'adresse donc à tous et pas seulement aux névrosés*".

Voilà qui ne conceptualise pas réellement l'expression mais qui parvient à la différencier d'une démarche psychologique classique.

### **Des promesses fascinantes**

Une vie excellente, débordante de créativité, plus intense etc. Voilà les promesses fascinantes trouvées systématiquement dans ce type de livres. Pour Alfred Adler, contemporain et dissident de Freud, fondateur de la psychologie individualiste, "*vivre c'est se développer*" (*Le sens de la vie*, Payot). Une formule exploitée par les vulgarisateurs de ces méthodes qui promettent de faire connaître le bonheur. Et c'est bien de cela dont il s'agit : d'actualiser son potentiel, de revenir à ce que l'on est fondamentalement, pour enfin pouvoir affirmer pleinement sa personnalité. Le DP veut restaurer la toute puissance du sujet sur la réalité, et son entière responsabilité. Dans cette vision des choses, un clochard choisit sa déchéance car il est jugé maître de sa destinée indépendamment des phénomènes sociaux qui pourraient lui servir d'excuses. Une vision idéologique de l'humain ?

*Extrait du site psychonet.fr*