Document generated on 07/14/2025 12:48 a.m.

Spirale
Arts • Lettres • Sciences humaines

SPIRALE

La mosaïque psy

À quel psy se vouer? Psychanalyses, psychothérapies : les principales approches, sous la direction de Mony Elkaïm, Seuil, 462 p.

Michel Peterson

Number 197, July–August 2004

URI: https://id.erudit.org/iderudit/19407ac

See table of contents

Publisher(s)

Spirale magazine culturel inc.

ISSN

0225-9044 (print)
1923-3213 (digital)

Explore this journal

Cite this article

Peterson, M. (2004). La mosaïque psy / *À quel psy se vouer? Psychanalyses, psychothérapies : les principales approches*, sous la direction de Mony Elkaïm, Seuil, 462 p. *Spirale*, (197), 50–52.

Tous droits réservés © Spirale magazine culturel inc., 2004

This document is protected by copyright law. Use of the services of Érudit (including reproduction) is subject to its terms and conditions, which can be viewed online.

https://apropos.erudit.org/en/users/policy-on-use/

érudit

This article is disseminated and preserved by Érudit.

Érudit is a non-profit inter-university consortium of the Université de Montréal, Université Laval, and the Université du Québec à Montréal. Its mission is to promote and disseminate research.

https://www.erudit.org/en/

LA MOSAÏQUE PSY

À QUEL PSY SE VOUER ? PSYCHANALYSES, PSYCHOTHÉRAPIES : LES PRINCIPALES APPROCHES
sous la direction de Mony Elkaïm
Seuil, 462 p.

Qu'entend-on lorsqu'on parle aujourd'hui de psychothérapie? Voilà une question qui concerne la Cité dans la mesure où, comme le souligne le maître d'œuvre de ce collectif, les psychothérapies véhiculent des visions parfois fortement opposées de l'être humain et apparaissent nécessairement sur un fond culturel qui donne sens à leurs théories et leurs pratiques. Il n'est, par exemple, que de comparer la situation au Québec et en France au sujet de la réglementation de la profession de psychothérapeute pour saisir la sottise épistémologique qu'il y a à supposer que le « *modèle* » consumériste québécois puisse s'étendre à l'Hexagone.

Chez nous en tout cas, le reportage sensationnaliste télédiffusé le 18 novembre 2003 dans le cadre de l'émission *Enjeux* induisait le public dans l'erreur en mettant au banc d'essai (d'accusé) des thérapeutes prétendument choisis au hasard et — sauf celui qui répondait aux critères des spécialistes juges et parties — en proposant un modèle capitaliste de services qui, loin d'informer, visait plutôt à soutenir le marketing de lobbyistes peu scrupuleux. Que le législateur veuille combattre le charlatanisme, qui y trouverait à redire? Mais comment s'y retrouver quand le débat manque à ce point de profondeur historique? Quiconque oriente sa lunette en direction de l'Antiquité verra qu'à l'époque classique, tout un chacun peut s'instituer guérisseur, aucune loi ne limitant réellement la pratique professionnelle. Cela devrait nous guider quant à la question de la reconnaissance des titres et des actes afin, idéalement, d'empêcher les Ordres et Corporations professionnels de mobiliser l'imaginaire de la terreur.

Pour poser adéquatement la question des psychothérapies, sans doute peut-on commencer avec Mony Elkaïm par un avatar du métarécit de l'émancipation du citoyen : « *L'un des traits saillants de notre époque,* écrit-il, *est d'avoir ajouté à la liste traditionnelle des droits de l'homme un droit nouveau — celui de s'épanouir.* » On ne consulte plus uniquement pour des problèmes de santé mentale, mais parce que, « *plus ou moins consciemment, on cherche à combler un manque* ». Encore faudrait-il savoir de quel manque il s'agit pour cerner la manière dont les approches du vaste champ hétérogène des psychothérapies y répondent. L'idée d'Elkaïm, qui n'est pas nouvelle, est de démontrer la multiplicité et la complexité des approches en offrant un survol historique, un exposé succinct de leurs fondements et de leur pratique ainsi qu'un tableau des récents développements, de telle sorte que le néophyte puisse s'y retrouver.

Les psychanalyses vraies, les fausses?

D'entrée de jeu, nous voilà plongés dans la psychanalyse, le premier texte abordant l'approche lacanienne, le second l'univers jungien et le troisième la psychanalyse freudienne et ses voies nouvelles. S'engage alors à nouveau le débat de savoir si la psychanalyse participe des psychothérapies ou si elle s'en distingue radicalement. À ce sujet, Philippe Julien est sans appel : l'analyse vise l'écart entre les identifications et le pulsionnel du sujet alors que les psychothérapies cherchent son adaptation par le biais d'un orthopédisme de bon aloi.

Le fossé est gigantesque et sans doute impossible à remblayer, ce qui ne permet toutefois pas de conclure, comme Julien, que « thérapiser » signifie retrouver le *statu quo ante.* Par exemple, contrairement à ce qu'on affirme souvent par ignorance, la psychologie des profondeurs développée par Jung ne confine pas au « *tripotage réussi* » (selon l'expression de Lacan) de la psychothérapie, ce qu'établit dans son excellente contribution Christian Gaillard. L'éclairage des concepts (imago, persona, anima, ombre, soi, archétype, inconscient collectif, etc.) soutient ici l'aspect *prospectif* de l'analyse jungienne en ce que celle-ci, insistant sur les effets des traces infra-verbales et organiques sur les conflits actuels, engage par le processus thérapeutique le « *devenir encore à venir* » du sujet. Point à retenir, surtout venant d'un jungien : on sait combien les avancées du Zurichois — tout comme celles du Viennois — ont donné lieu à des représentations spatiales simplistes impropres à traduire sa conception de l'appareil psychique. C'est selon Gaillard la topologie lacanienne qui aurait, quoique maladroitement, permis de sortir des dites caricatures.

Quant à la cause freudienne, elle est entendue par Serge Tisseron, qui insiste sur la question des traumatismes et de leurs résonances transgénérationnelles. Distinguant les trois éléments (le stress, le traumatisme comme tel et sa représentation) qui relient le sujet à son trauma, il s'agit de comprendre comment se met en place une « *névrose généalogique* » pour distinguer entre interprétation « *interprétante* » et interprétation « *contenante* », la première dévoilant le sens caché des fantasmes et la seconde établissant « *les conditions mêmes de la pensée* » par un renforcement des processus secondaires.

Nous n'en avons pas terminé avec la psychanalyse! Bernard Brusset traite des psychothérapies psychanalytiques et tente d'en assurer la pertinence : il serait clair selon lui « *que la psychothérapie analytique est née des échecs de l'analyse classique et des limites trouvées dans l'extension de ses indications* ». Rien n'est moins certain, et c'est peut-être plutôt l'échec du capitalisme avancé à assumer la relation entre être et temps qui est en cause. Toujours est-il qu'après avoir traversé les méthodes actives de Ferenczi, les modèles d'intervention d'Alexander, les travaux de Winnicott, les psychothérapies focales, la psychothérapie de soutien de Kernberg et d'autres, Brusset tente de mettre en lumière les bases communes, c'est-à-dire les invariants de la psychanalyse et des psychothérapies : neutralité bienveillante, absence de conseils et de jugements, importance de la parole, association libre, interprétation des résistances et du transfert ainsi qu'utilisation du contre-transfert. Sa conclusion a le mérite d'être clair : le cadre analytique (ce qui inclut le *setting*) induit des processus d'une extrême rigueur permettant seuls d'ouvrir à l'infantile et au sexuel d'une manière étrangère à toute psychothérapie.

Se bien comporter

Les thérapies familiales sont pour leur part présentées par Elkaïm lui-même dans un article malheureusement trop superficiel. Après avoir mis en relief les bases des thérapies intergénérationnelles (Ackerman), il passe en revue les tenants et aboutissants des écoles expérientielle (Satir et Whitaker), stratégique (Palo Alto) et structurale (Minuchin) jusqu'à sa propre démarche, laquelle porte une attention particulière aux « intersections transversales », ou résonances, entre les membres d'un système familial qui maintiennent souvent le symptôme, d'où l'importance à ses yeux du recadrage et des tâches comportementales.

Ce qui nous amène aux thérapies cognitivo-comportementales (TCC), présentées par François Nef. Nous revisitons donc Watson, Skinner, Ellis, Bandura, entre autres, pour traverser ensuite les concepts fondamentaux : comportements appris, environnementalisme,

apprentissage social et autres nous permettent de saisir les techniques et les modalités d'application de la méthode, les unes et les autres partant inévitablement de l'analyse fonctionnelle du comportement à modifier. On reste toutefois surpris de la capacité de ces thérapies à toujours forclore le sujet. En continuant aveuglément de s'asseoir sur le mythe scientifique d'une technologie empirique (observation, collecte de données « objectives », validation, constructions d'hypothèses et tests), on reconduit un déni de la vie psychique aussi massif qu'en programmation neuro-linguistique (PNL) dont l'exposé par Josiane de Saint-Paul frise la farce tragique. Fondée par Grinder et Bandler dans les années 1970, la PNL — offrant au départ une interrogation sur la nature de la réalité et du modèle du monde formé par l'individu — soutient que le thérapeute doit faire éclater le modèle trop étroit du client à l'aide d'une méthodologie tablant sur des modes de communication favorisant le changement. Le problème vient de ce que la technique de la PNL, directement issue de l'éthologie animale et d'une conception spécifiquement pavlovienne de l'homme (qui est d'ailleurs loin d'être aussi simplette qu'on le prétend, des chercheurs importants comme Strelau, Eysenck et Zuckerman ayant insisté sur le fait que la question du conditionnement, concept limite entre le physiologique et le comportemental, est liée à celle des différences de tempéraments et de traits), vise la *maîtrise* de ce qui gît au fond de l'homme — il s'agirait du « génie personnel » de chacun — en confondant allègrement les instincts de l'homme et ceux de l'animal (ce dernier, on le sait, n'ayant pas accès au symbolique). Au point que Norbert Vogel (auteur de *La malpsy. Conseils pour distinguer le bon psy du charlatan*) a pu écrire que cette approche hautement lucrative incarne de la manière la plus évidente la *malpsy* et relève de « *l'escroquerie mégalomaniaque* » (interview publiée dans *Le Point* du 12 février 2004). Mais Vogel remarque par ailleurs judicieusement que c'est chez ceux qu'on appelle les bien-portants que les approches préconisant la logique du « *Je veux, j'obtiens* » fonctionnent le plus efficacement. Rien de bien surprenant à cette dérive supposément communicationnelle et transactionnelle puisque cela fait tout simplement l'impasse sur les dimensions temporelles des différentes psychothérapies et, bien sûr, de la psychanalyse, laquelle s'adresse en particulier au(x) temps de l'inconscient.

L'acte thérapeutique

Entre les années 1940 et 1970, Perls développe les idées centrales de ce qui deviendra la Gestalt-thérapie. Empruntant à l'herméneutique, à l'existentialisme et à la psychanalyse pour combattre tous les déterminismes historiques (identifiés à la répétition des « comportements » défensifs mis en place durant l'enfance) et géographiques (le façonnage inscrit dans nos habitudes par l'environnement), l'approche prône le libre-arbitre et la responsabilité en appelant une « *récupération narcissique* ». Les cinq dimensions de l'être humain — physique, affective, cognitive, sociale et spirituelle — interagissant de manière systémique,

Dominique Paul, *Neal, dégénération 4*, 2003, d'après Latour. Photographie couleur, modèle, 75 × 60 cm.
Avec l'aimable permission de la galerie Éric Devlin.

il importe d'être attentif *(awareness)* au processus et au champ qui dynamisent leur mouvement. C'est pourquoi Ginger — l'auteur de l'article et l'un des grands bonzes de l'approche — insiste sur la nécessité d'une « *exploration libre, attentive aux échos intérieurs [...] de chaque expérience vécue* ». Dans la mesure où la Gestalt offre une véritable philosophie de vie humaniste, on comprendra qu'elle entretienne plusieurs points de contact avec l'approche centrée sur la personne de Rogers dont Bérénice Dartevelle offre un honnête résumé. On pourrait dire que l'essentiel pour Rogers consiste à affirmer la dignité de la personne en tant qu'organisme psychophysique, ce qui implique le respect de son expérience propre, de ses mouvements et de ses tendances actualisantes. Sur le plan clinique, cela oblige le thérapeute, en principe empathique et inconditionnellement positif, à une non-intervention (à ne pas confondre avec une abstention) nécessaire pour qu'opère la maïeutique permettant de dénouer les « nœuds » nuisant à la vie.

Je serai bref en ce qui concerne l'analyse transactionnelle de Berne, parce qu'elle se résume selon moi à une théorie de la communication — surtout utilisée dans des thérapies de groupe — qui procure les outils pour des interventions de *coaching* favorisant la prise de décision. La théorie de Berne, le concepteur de l'approche, se déploie en sept concepts : les signes de reconnaissance (c'est-à-dire les marques d'attention procurant une stimulation), les trois états du moi (parent, adulte et enfant), les différents modes de transaction, les sentiments parasites, les positions de vie, le scénario (le plan de vie) et le contrat entre le thérapeute et la personne. L'objectif de changement étant prédéterminé — ce qui peut aller loin, comme lorsque le client « consent » à s'engager dans un contrat « définitif » de non-suicide, de non-homicide ou de non-folie !!! —, il suffirait de l'établir clairement pour que les enjeux problématiques soient liquidés, ce qui revient à faire peu de cas de la complexité du psychisme humain. Beaucoup plus subtil, le psychodrame, qui se pratique lui aussi en groupe, s'intéresse aux modalités par lesquelles une personne peut jouer, se représenter dans l'action et revivre ses difficultés en les extériorisant. C'est en combinant la sociométrie qu'il crée alors qu'il travaille comme médecin dans un camp de réfugiés sud-tyroliens durant la Première Guerre, son expérience à Sing Sing et à l'école de rééducation de Hudson de même que son intérêt pour les arts de la scène (il dirige un théâtre à Vienne autour des années 1920) que Moreno développe une thérapie et des techniques remarquablement efficaces basées sur le jeu dramatique (le « comme si » de l'enfant, d'où l'intérêt que lui porteront Anzieu, Lebovici et Anne Ancelin Schützenberger), l'importance du groupe pour éclairer et agrandir le répertoire de rôles que nous jouons et enfin, une philosophie qui pose les hommes en co-créateurs responsables du monde.

Toute création théorique surgissant pour ainsi dire de l'histoire du sujet, c'est un mythe (du) fondateur que propose Hubert d'Assignies pour « légitimer » l'hypnose telle que l'a profondément remaniée Milton Erickson. Tout y est : la famille d'enfance pauvre, une certaine surdité, la dyslexie et la poliomyélite. Mais il suffit de retenir ici que l'accent sur l'exceptionnel courage de l'homme dit, entre autres, son indéfectible foi dans le pouvoir de la pensée et de l'imagination, ce qui conduit en droite ligne à l'induction de modifications sensorielles profondes (ce qu'il expérimente sur son propre corps) et explique l'intérêt de son travail avec Bateson et Mead au sujet de la comparaison de l'hypnose clinique et des transes. En marge du courant intéressé aux prédispositions neuropathiques favorisant l'hypnose et de celui scrutant plutôt l'influence du thérapeute, Erickson, qui n'est pas homme de théorie, va élaborer une clinique selon laquelle l'hypnotiseur se constitue en espace de projection pour un patient en position de dissociation, au sens où il est à la fois acteur et spectateur tout *en se laissant* influencer et guider. On voit que l'hypnose ericksonienne ne saurait se résumer à une technique d'influence et constitue une « compréhension en acte ». Elle ouvre ainsi un champ fertile d'interrogations au sujet de la figure du maître et de la posture thérapeutique, laquelle implique, à travers les résistances, une guidance et une liberté passant par la dimension métaphorique de la suggestion.

Où c'est ?

On peut se demander pourquoi les thérapies à médiation corporelle ne sont pas représentées dans l'ouvrage dirigé par Elkaïm, d'autant plus que plusieurs d'entre elles sont largement utilisées dans les services de santé officiels et qu'elles rejoignent depuis quelques années un public de plus en plus soucieux de reprendre du pouvoir par rapport aux institutions médicales. Si des chapitres sont consacrés à quelques-unes (la Gestalt, l'hypnose éricksonienne et le psychodrame), un vaste ensemble reste absent, qui va de la relaxation selon Schultz et Jacobson au rolfing, en passant par les techniques Feldenkreis, Alexander ou Bowen, la bio-énergie, les approches néo-reichiennes (le Radix, la psychocorporelle intégrée selon Rosenberg ou l'élaboration fantasmatique du travail corporel selon Boyesen), les techniques de massage, le focusing, l'art-thérapie, la danse, l'haptonomie, etc. Comment, alors, s'expliquer cet « oubli » ?

Je poserais quant à moi l'hypothèse que la question du sexuel étant soigneusement évitée (même si elle est abordée par la bande du désir dans le texte de Julien traitant de « L'approche freudienne de Lacan »), alors qu'elle me semble bien *la* question de l'humain bien-portant ou en souffrance, le corps se voit rejeté dans le livre d'Elkaïm en marge du travail thérapeutique, l'insistante dichotomie psyché/soma se trouvant laborieusement reconduite à travers la ridicule division entre approches « intellectuelles » (dont ferait entre autres partie la psychanalyse) et approches émotionnelles (on trouverait par exemple ici l'orgonomie). On peut par ailleurs percevoir dans cette absence une sorte de prudence, légitime quand on sait à quel point plusieurs approches dites psychocorporelles (en particulier celles qui prétendent à l'analyse psychocorporelle dynamique en entretenant soigneusement les confusions épistémologiques et terminologiques) donnent une remarquable latitude aux agirs des pervers narcissiques. Combien de gurus aveugles (certains étant très actifs au Québec) actualisent leur auto-érotisme archaïque en utilisant l'enchantement pour jouir de la détresse ? La raison en est simple : c'est que le fouillis mental astucieusement entretenu chez les malheureux clients et dans les formations au sujet des rapports entre le somatique et l'animique permet de transformer le corps en marchandise en déniant les pulsions de manière à assurer une paradoxalité familiale laissant une large place aux vécus primitifs d'indifférenciation (Caillot & Derchef, *Thérapie familiale psychanalytique et paradoxalité*, Éditions Clancier-Guéraud, 1982) souvent entés sur ce que Freud appelait une mutation du masochisme en sadisme, laquelle permet au metteur en scène des corps de se positionner en tant que victime sacrificielle. Comme c'est le cas dans les sectes obscurantistes, il faut aux « adeptes » de ces méthodes (en particulier ceux et celles qui entreprennent des formations professionnelles) un courage certain pour traverser le chaos dans lequel on les plonge afin de mieux les dévorer. Certains — ils sont rares — y parviennent et deviennent alors des thérapeutes compétents.

Cela dit, le débat entre les auteurs des textes présentés en conclusion de l'ouvrage d'Elkaïm démontre l'ampleur des malentendus persistant entre les différentes approches. Il est aussi ridicule, comme Ginger le fait, d'inclure dans le courant humaniste-existentiel l'analyse transactionnelle que de réduire Lacan à un « théoricien qui étudie Hegel » pour le comparer au pragmatique Erickson. On comprendra que je ne puisse ici entrer dans toutes les complexes questions agitées dans cette conclusion, dont celle, capitale, du désir, de la transmission. Il vaut toutefois la peine de souligner les points de convergence notés par François Nef, à savoir que thérapeutes et analystes ont affaire à une personne en souffrance et que celle-ci s'engage, ou mieux, loge une demande à l'adresse de l'Autre. Est-ce pour cette raison que Elkaïm clôt l'ouvrage en affirmant qu'à ses yeux, « *un thérapeute, c'est quelqu'un qui pourrait ne pas l'être* » ? On peut en tout cas se demander ce que cette position recèle de déni de la castration et donc du sujet qui *c'est* au niveau même de l'inconscient.

Michel Peterson