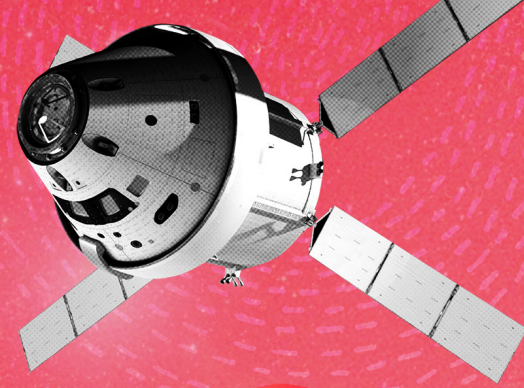


RENOUVEAU

# La psychanalyse se réinvente

# (enfin) !



Dépassée, la science de l'inconscient ? Accusée de moralisme ou d'obscurantisme par ses détracteurs, elle semble avoir du plomb dans l'aile. Pourtant, un siècle après Freud, de jeunes praticiens osent sortir du sommeil dogmatique dans lequel sont plongés certains de leurs aînés... Et ça dépoussière !

Par [Stéphanie Torre](#)

Illustration [Mélanie Kochert](#)

# C

ritiques, reproches, railleries, mépris... Depuis sa naissance il y a cent vingt ans, la psychanalyse n'a de cesse de déclencher des tempêtes d'indignation. Pas simple, en effet, de soutenir, sans fâcher, que « le moi n'est maître dans sa propre maison<sup>1</sup> » ! Conséquence : les

coups pleuvent, régulièrement. « Nous préférons ne rien dire ici des formes qu'ont prises les résistances à la psychanalyse », écrivait d'ailleurs déjà Sigmund Freud en 1925. Avant d'ajouter que « ses adversaires n'ont pas réussi à l'étouffer<sup>2</sup> ». Presque un siècle après, qu'en est-il ? Comment la science du divan se porte-t-elle quand la dernière décennie lui a justement valu, dans l'Hexagone, de virulentes attaques en règle, venues notamment du monde techno-scientifique ?

Finalement, peut-être pas si mal... Encensée dans les années 1960 et 1970 grâce au brio de Françoise Dolto ou de Jacques Lacan, la discipline a perdu de son prestige et de son autorité dans les débats publics des années 2010. De même, dans les institutions, les comportementalistes remplacent de plus en plus souvent les praticiens formés à mettre langage et transfert au centre de leur pratique thérapeutique... >>

## La psychanalyse se réinvente (enfin) !

>> Pourtant, à bien y regarder, à scruter les librairies autant que les réseaux sociaux, rien ne semble indiquer que la cause freudienne soit morte et enterrée. Pour preuve, le dynamisme et la pugnacité dont font preuve de plus en plus d'analystes pour que, à l'heure de l'hypermodernité, leur science reste une alternative d'accompagnement et de soin. Exit la naphtaline ! Vive la *talking cure* 3.0 !

« Il est certain que notre discipline a longtemps refusé de rendre accessible son savoir, de s'ouvrir à la transdisciplinarité et au débat, commente le psychologue et psychanalyste Samuel Dock (lire entretien ci-contre). Mais la relève arrive ! » Et il suffit d'observer le paysage psychothérapeutique français pour l'apprécier : acceptant de se remettre en cause comme elle le demande à ses patients, la psychanalyse, clinique de l'humain et du cas par cas, se renouvelle.

### Elle panse les nouveaux malaises

Comment cette discipline, qui nécessite un investissement dans le temps, peut-elle s'adapter à un monde où règne le culte de l'efficacité et de la rentabilité ? Peut-elle encore donner envie quand les individus d'aujourd'hui tendent à rechercher des solutions « concrètes » qui n'interrogent pas les fragilités de la vie psychique... et demandent donc moins d'efforts ? La science de Freud demeure une clinique unique, qui prend en compte le sujet dans son histoire et son environnement, et qui a évidemment la capacité de répondre aux souffrances contemporaines. Pour Elsa Godart, psychanalyste et philosophe, qui vient de publier un ouvrage sur la question (encadré p. 48), elle n'aura d'avenir que si « elle continue de s'interroger en profondeur sur les nouveaux malaises ». Car, poursuit-elle, « comme à toutes les époques, la société actuelle engendre le développement de difficultés bien spécifiques ».

Finies, les grandes manifestations hystériques (avec convulsions et paralysie) décrites par Freud au début du XX<sup>e</sup> siècle. Désormais, pour la praticienne, des « néo-symptômes » sont en train d'émerger, à la limite du normal et du pathologique. « Ils sont classables en six catégories, selon qu'ils se rapportent à des difficultés à faire avec la limite (burn-out, hyperactivité...), avec l'objet (pulsion d'accumulation, toxicomanie...), avec le moi (hypocondrie, errance sexuelle...), avec le lien (isolement, pornographie...), avec l'angoisse ou avec le vide, précise-t-elle. Et, à écouter nos patients, il n'y a aucun doute que ces malaises soient des conséquences de la vie quotidienne hypermoderne. »

Comment travaille-t-elle avec ces nouveaux cas, ou plutôt avec ces nouvelles demandes ? « Évidemment, l'acte analytique ne change pas, car il ne s'agit pas de revenir sur les grands fondamentaux tels que définis par les théories freudiennes et lacaniennes, répond-elle. Mais il convient néanmoins d'admettre que le paysage du collectif se métamorphose, et qu'il est donc nécessaire d'élargir le champ de la psychanalyse pour mieux le penser et le panser. »



### Sarah Chiche, 41 ans, psychologue et psychanalyste “On peut recourir à Skype en restant rigoureux”

#### Qu'est-ce qu'être un psychanalyste d'aujourd'hui ?

C'est, comme au temps de Freud, aider ses patients à aimer, à travailler et à avoir une existence digne de ce nom. Mais, en 2018, c'est aussi prendre en compte les évolutions contemporaines de la structure familiale, refuser de stigmatiser les minorités LGBT, et cesser de considérer que l'autisme est une psychose où la mère serait fautive, par exemple.

#### Vous autorisez-vous à assouplir le cadre théorique freudien ?

La question n'est pas de l'assouplir, mais de le transporter avec soi. Que faire quand un patient est hospitalisé pour un cancer, par exemple ? À mon sens, on peut se déplacer à son chevet tout en maintenant le cadre.

Idem en cas de mutation professionnelle : on peut recourir au téléphone ou à Skype en restant rigoureux. Mais s'adapter, c'est aussi ajuster ses honoraires à la situation financière de ses patients, la psychanalyse ne devant en aucun cas être réservée à une élite sociale.

#### Comment la psychanalyse pourrait-elle mieux se faire entendre aujourd'hui ?

En se taisant. En refusant de contribuer au retour de l'ordre moral. Mais aussi en rappelant à ses patients que la liberté ne va pas sans risque.

Son blog : [sarah-chiche.blogspot.fr](http://sarah-chiche.blogspot.fr).

LYNNSK, NILAKANTHA



### Samuel Dock, 34 ans, psychologue et psychanalyste pour adolescents “Je mise sur l'humour”

#### La psychanalyse est-elle encore adaptée aux ados d'aujourd'hui ?

Bien sûr puisqu'elle reste, à mon sens, la seule discipline capable d'accompagner l'être humain en souffrance dans sa narration singulière. Dans le cadre de mes séances en face-à-face avec les ados, je travaille d'ailleurs à partir des deux règles fixées par la psychanalyste Maud Mannoni : frustrer la pulsion et restaurer le narcissisme. Et tous reviennent chaque semaine...

#### En quoi votre approche renouvelle-t-elle la psychanalyse ?

Les ados demandent une présence forte, et pour leur accorder cet étayage, je mise notamment sur l'humour. Cela ne serait pas orthodoxe dans une séance classique, mais, avec eux, s'adapter est essentiel. En ce sens, c'est dans le contre-transfert que je tâche de renouveler l'analyse, en me montrant actif et chaleureux.

#### Pourquoi certains parents se méfient-ils encore de la psychanalyse ?

La première raison est consciente : parce qu'ils ont entendu parler du dogmatisme de certains membres de notre discipline. La seconde est inconsciente et vaut pour tout le monde : pas facile d'affronter les blessures de son histoire quand la société clame que seule la consommation permet de se sentir mieux... **Propos recueillis par S.T.**

Son site : [samuel-dock.com](http://samuel-dock.com).

Continuer à permettre à tout un chacun de prendre le temps d'élaborer son histoire et d'accéder à son désir sur le divan, en intégrant la période de « mutation anthropologique » (la formule est du philosophe Marcel Gauchet) que nous vivons : telle est donc la grande visée de la psychanalyse actuelle. « Et de plus en plus de sujets y sont sensibles, car beaucoup se rendent compte que la médication ou le volontarisme réclamé par le comportementalisme ne sont pas des solutions viables sur le long terme », reprend Elsa Godart.

Si, de l'avis de nombreux analystes, on note effectivement, depuis peu, un nouvel afflux de patients dans les cabinets en ville, reste que plusieurs d'entre eux l'admettent : leur discipline souffre encore très souvent d'une image surannée qui peut faire hésiter à l'heure d'engager un travail. Parmi les « freins » répertoriés : la méfiance des individus face à un « jargon psychanalytique » difficile à décoder. D'où la nécessité, pour les jeunes praticiens, de s'inscrire dans une autre évolution : « Parce qu'on ne peut pas reprocher aux gens de ne pas s'intéresser à quelque chose qu'on ne leur permet pas de comprendre, la psychanalyse doit, aujourd'hui, accepter d'adapter son langage », détaille Samuel Dock. Si Lacan, en son temps, mettait un point d'honneur à parler de manière obscure pour ne pas dévoyer sa science, désormais, c'est une autre logique qui prévaut : plus question de passer pour abscons ! Évidemment, il ne s'agit pas de tomber dans une vulgarisation qui réduirait l'inconscient (et sa complexité) à ce qu'il n'est pas... Mais d'aller à la rencontre de tous en devenant plus accessible est devenu un enjeu capital pour la nouvelle génération d'analystes.

### Elle assouplit son cadre

D'où l'émergence, chez eux, d'un discours plus clair et moins intimidant, tant dans les médias que lors des séances individuelles. Et ce nouveau phénomène contribue à en déclencher un autre : l'assouplissement progressif du fameux « cadre analytique » lui-même... Dans les moelleux des cabinets, terminés ou presque, les silences interminables et les interprétations lapidaires. Aujourd'hui, lorsqu'ils reçoivent en tête à tête, les psychanalystes sortent davantage de leur traditionnelle position de réserve, en proposant un mouchoir, un verre d'eau, une tasse de thé... Ce qui rend évidemment leur approche plus « humaine », donc plus incitative. Contrairement à ce qui a longtemps prévalu, même les termes du « contrat thérapeutique » font aujourd'hui l'objet de discussion entre analystes et patients, notamment quand il s'agit de définir la fréquence des séances (on consulte plus souvent une fois par semaine que deux ou trois comme auparavant) ou le tarif (dorénavant souvent établi en fonction des revenus). Quant à savoir si la cure nécessite encore la présence effective des deux protagonistes dans la même pièce, là aussi, on s'interroge et on tâtonne. Est-il éthique de recevoir en ligne ? Bien des praticiens choisissent d'expérimenter... avant de condamner. Ainsi, Yann Leroux<sup>3</sup> >>

# La psychanalyse se réinvente (enfin) !

>> assume-t-il sans aucune difficulté de proposer des séances par Skype : « La virtualité des échanges n'empêche ni le transfert ni l'investissement dans la psychothérapie, bien au contraire », observe-t-il. Pourquoi certains de ses confrères s'y opposent-ils donc si farouchement ? « Parce que, avec le Net, il s'agit d'être un peu pionnier, cela entraîne parfois un fantasme de trahison, donc une dose de culpabilité », sourit-il. Après quelques années d'expérience, lui, en tout cas, n'en ressent aucune, mais déplore toutefois le fait que les vieilles sociétés psychanalytiques n'aient pas le courage d'aborder ce sujet brûlant pour mettre en commun réflexions et connaissances. « En 2018, il devient urgent que la psychanalyse vive avec son temps », insiste-t-il.

## Elle s'ouvre au monde

De plus en plus de psychanalystes en prennent conscience : entretenir un dialogue vivant avec la société, quitte à bousculer les vieilles orthodoxies, est devenu une question de survie. D'où leur aspiration à s'ouvrir au monde, et à le faire savoir dans la cité. Leur outil ? De plus en plus souvent, la vitrine qu'offre le web. Faire connaître toute la subtilité (et la subversion) de la pensée freudienne ou lacanienne, c'est exactement ce à quoi s'emploie Emmanuelle Laurent, diplômée de psychologie clinique, via sa chaîne YouTube PTLF<sup>4</sup>. Au programme, sur le modèle des blogs de beauté « *Get ready with*

## LES “NÉO-SYMPÔMES” DE L'HYPERMODERNITÉ

Après *Je selfie donc je suis* (Albin Michel), notre collaboratrice Elsa Godart, philosophe et psychanalyste, poursuit sa réflexion sur les effets de l'hypermodernité sur notre psychisme. Dans nos sociétés mondialisées, évaluées, hyperconnectées, de nouveaux maux ont surgi, que l'auteure appelle des « néo-symptômes » : les dépendances aux smartphones, le culte de l'ego, les « hypermodernes solitudes », expressions de pathologies du lien, de la limite, du vide... À l'heure des thérapies courtes, des promesses de bonheur rapide, la psychanalyse offre à chacun un espace au sein duquel ces maux



« peuvent trouver une reconnaissance [...] une élaboration sur le divan ». Un livre important, qui renouvelle le regard que nous portons sur la psychanalyse et lui redonne une place centrale, afin de « subvertir les formes d'aliénation [...] pour servir la cause du désir », comme le souligne son confrère Roland Gori dans sa belle postface. **Christilla Pellé-Douël** *La psychanalyse va-t-elle disparaître?* d'Elsa Godart (Albin Michel, 200 p., 16 €).

*me* », assister à une séance de (dé)maquillage tout en entendant parler, avec humour mais rigueur, des grands concepts de la théorie psychanalytique. Sa définition du narcissisme, par exemple ? « Une instance qui nous met grave en galère... Et, en même temps, qui nous permet de garder la face ! » clame-t-elle son poudrier à la main. Gonflé, peut-être, mais loin d'être inutile. Selon la jeune femme de 34 ans, qui fidélise quand même trente-trois mille abonnés, nombreux sont les individus de sa génération à s'intéresser aux errances de l'inconscient. Pourquoi ? « Parce que, en dépit des recettes de bien-être qu'on leur vend à longueur de journée, il persiste souvent chez eux un profond mal-être », note-t-elle. Une sorte de « malaise dans la civilisation », pour reprendre l'expression Freud.

Mais si la psychanalyse se prend de plus en plus au jeu des nouvelles technologies pour faire entendre sa voix singulière (certaines associations ayant même un compte Twitter), elle réinvestit également, depuis peu, une autre scène où on ne l'entendait plus : celle de l'espace social et politique. C'est que, à force de jouer les référentiels moraux dans les années 1990 (notamment au sujet de la procréation médicalement assistée ou de l'homosexualité), la science du divan avait fini par nous lasser. Mais le temps des positions rigides semble bel et bien révolu : la voilà qui réapparaît avec panache dans les grands débats de société. Dans quel rôle, cette fois-ci ?

« Dans un monde de plus en plus objectivant où les critères scientifiques réduisent souvent l'homme à une statistique ou à un algorithme, la psychanalyse redevient un véritable élément de contre-pouvoir », indique Elsa Godart. Pour preuve, la mobilisation récente de dix-huit associations<sup>5</sup> contre l'abus de diagnostic de TDA/H (trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité). Selon Gérard Pommier, psychanalyste et membre de la Fondation européenne pour la psychanalyse, ce « diagnostic sans valeur scientifique » est « dangereux » puisqu'il a pour conséquence « une ségrégation des enfants et leur médication ». D'où un appel de ces associations aux pouvoirs publics pour que soit organisée une conférence pluridisciplinaire sur le sujet, réunion où seraient – enfin ! – conviés des spécialistes de l'inconscient...

À l'heure où la psychanalyse rencontre les neurosciences<sup>6</sup>, cette volonté de rapprochement avec d'autres champs du savoir atteste-t-elle d'une nouvelle ouverture d'esprit ? Pas si sûr. Rappelons en effet que, se référant à l'art, aux mathématiques, à l'ethnologie ou à la linguistique, Freud et Lacan ont, eux-mêmes, toujours eu à cœur d'ouvrir leur science à d'autres horizons... Y compris celui de l'avenir !

1. Dans *Introduction à la psychanalyse* de Sigmund Freud (Payot).
2. Dans « Résistances à la psychanalyse » de Sigmund Freud, extrait de *La Revue juive*, janvier 1925.
3. Yann Leroux, auteur de *Mon psy sur Internet* (Fyp éditions).
4. PTLF (pour Psychoanalyse-toi la face !), sur youtube.com.
5. Sous l'égide de l'Association pour la psychanalyse (APLP).
6. À lire sur le sujet : *Comment les neurosciences démontrent la psychanalyse* de Gérard Pommier (Flammarion, “Champs essais”).