

Psychanalyse (quelques concepts clés)

Selon le Petit Robert, c'est l'ensemble des théories de Freud et de ses disciples concernant la vie psychique consciente et inconsciente.

En développant un peu, nous pourrions dire que la psychanalyse freudienne est d'abord une méthode d'investigation qui consiste essentiellement dans la mise en évidence de la signification inconsciente des paroles, des actions, des productions imaginaires (tels les rêves, les fantasmes, les délires) d'un sujet (analysant). Cette méthode se fonde principalement sur les libres associations de l'analysant. C'est une technique qui tire sa spécificité de l'interprétation contrôlée de la résistance, du transfert et du désir. C'est enfin un ensemble de thèmes psychologiques et psychopathologiques qui sert à investiguer et analyser.

Freud a donné plusieurs définitions de la psychanalyse, dont une est particulièrement explicite:

"Psychanalyse est le nom:

- d'un procédé pour l'investigation des processus mentaux à peu près inaccessibles autrement*
- d'une méthode fondée sur cette investigation pour le traitement de désordres névrotiques*
- d'une série de conceptions psychologiques acquises par ce moyen et qui s'accroissent ensemble pour former progressivement une nouvelle discipline scientifique."* (article paru en 1922).

Freud considère que trois outils principaux sont utilisés dans la cure psychanalytique:

1 - les associations libres: où l'analysant est invité à associer librement et spontanément des idées, des images ou des

représentations.

2 - L'interprétation des rêves: car il considère le rêve comme le lieu d'expression privilégié de la vie inconsciente.

3 - L'analyse du transfert : c.à.d. l'analyse de la relation qui s'établit entre l'analysant et son analyste, sachant que se rejoue et se revit dans cette relation des éléments de la vie psychique de l'analysant.

1ère topique 1900 (via l'Interprétation des rêves) :

Conscient/Inconscient/Préconscient

C o n s c i e n c e

Capacité de se décrire, de se définir et de choisir. La conscience est la capacité de se percevoir, s'identifier, de penser et de se comporter de manière adaptée. Elle est ce que l'on sent et ce que l'on sait de soi, des autres et du monde. En ce sens, elle englobe l'impression subjective de nos expériences et la perception objective de la réalité. Elle nous donne la capacité d'agir sur nous-mêmes pour nous transformer.

I n c o n s c i e n t

L'inconscient recouvre l'ensemble des représentations psychiques liées à des pulsions refoulées hors du champ de la conscience et qui y reviennent continuellement. Il s'agit de "l'ensemble des faits psychiques dont nous n'avons pas conscience et qui sont refoulés", "Il échappe complètement à la conscience, même quand le sujet cherche à le percevoir et à y appliquer son attention", C'est "le lieu des représentations refoulées, opposé au préconscient-conscient", D'après Freud, l'Inconscient ressemble à la partie immergée d'un iceberg que serait notre psychisme. Il fait partie de chacun car il s'exprime dans nos rêves, nos fantasmes, nos lapsus, nos symptômes.

Préconscient

Ce terme désigne une instance psychique que Freud place entre le conscient et l'inconscient. Le préconscient est nettement séparé de l'inconscient par une censure qui fait écran et transforme les processus et les contenus inconscients avant de les laisser passer. En revanche, il est plus proche de la conscience et jouerait un rôle de filtre pour éviter à certains contenus inconscients de venir perturber le mécanisme de l'attention. C'est aussi le lieu d'une première mise en mémoire où les souvenirs et les connaissances restent accessibles à la conscience, même s'ils ne sont pas actualisés.

2e Topique 1923 : Ça/Moi/Surmoi

Identifiés par Freud dans le cadre de sa seconde théorie de l'appareil psychique, ces trois éléments constitutifs de la personnalité représentent un concept essentiel de la psychanalyse : le Ça, le Moi, le Surmoi.

ÇA

"Ensemble des pulsions inconscientes". Freud et ses disciples ont choisi ce mot minuscule pour baptiser la part la plus complexe et la plus fondamentale de notre psychisme, l'Inconscient. Le ça est le réservoir de l'énergie pulsionnelle et le lieu de l'hérédité, de l'inné ou du refoulé. A l'inverse du Moi, qui est en partie conscient, le ça est indépendant de toute cohérence, échappe à notre volonté modère notre psychisme et influe sur nos actions.

MOI

Il se construit à partir des sensations éprouvées, des expériences vécues et de séries d'identifications. Il est à la fois le lieu de l'identité personnelle, du contrôle du comportement, du rapport aux autres et de la confrontation entre la réalité extérieure, les normes morales et sociales et les désirs inconscients. Il est le médiateur entre le ça et le Surmoi.

SURMOI

Plus proche de l'inconscient que du conscient, il se constitue à partir du Moi par identification de l'enfant au parent symbolique incarnant l'autorité. Il exerce les fonctions de juge et de censeur. De son conflit avec les désirs du Moi naissent les culpabilités conscientes ou inconscientes

En résumé:

- Le Moi est notre partie consciente. Le ça et le Surmoi sont les parties inconscientes.
- Le ça désigne toutes les pulsions sexuelles, agressives et primitives. (artistes)
- Le Surmoi représente la morale, l'éducation, l'autorité, les principes. (fonction d'autorité)

Le Moi est pris en tenaille entre le ça, qui exige la satisfaction immédiate du principe du plaisir et le Surmoi, sévère, qui joue le rôle de gendarme opposé à toute réalisation des désirs. Si les pulsions sont constamment satisfaites sans limites, c'est-à-dire si le sujet cède à son désir, le Surmoi va se révolter en engendrant des sentiments de culpabilité.

Si le sujet ne cède pas à son désir, le ça va se révolter en donnant naissance à des symptômes. Face à certains conflits, la formation de symptômes organiques se révèle comme la solution la plus pratique. (*Homme triste > ça = envie de pleurer ; mais Surmoi = les hommes ne pleurent pas > symptôme de rhinite chronique*)

Selon Freud, nous réprimons de façon automatique - c'est-à-dire par réflexe - au plus profond de nous-même, les tendances refusées par le Surmoi. Le refoulement est l'outil du Surmoi. Il exige une dépense importante d'énergie pour maintenir les pulsions dans l'Inconscient.

Voilà pourquoi, pour accéder à l'inaccessible Inconscient, Freud demande à ses patients de lui livrer ce qui leur passe par la tête. Cette technique permet une libre association de matériaux qui vont progressivement se relier, révéler un sens et permettre d'accéder aux contenus inconscients qu'ils représentent.

Association libre

Freud utilise cette technique pour découvrir les désirs et les peurs inconscients de ses patients. Cela consiste à demander à l'analysant de dire tout ce qui lui vient à l'esprit, peu importe si ces pensées lui paraissent banales ou (surtout) embarrassantes (éviter de trop intellectualiser)

R e f o u l e m e n t

Mécanisme de défense du psychisme, lorsque la conscience ne peut accepter certaines pulsions ou certains désirs. Nous vivons alors un conflit entre le principe de plaisir et le principe de réalité, entre la satisfaction et l'interdit. Le principe de plaisir exige la satisfaction immédiate du désir. Le principe de réalité freine les élans du principe de plaisir, en se référant à la réalité. Exemple: le bébé va apprendre à réfréner ses besoins en attendant l'heure du biberon. Cet apprentissage des premiers mois de la vie va être fondamental par la suite. Pour Freud, le refoulement est une stratégie de défense qui se met en place pour faire passer ces pulsions indésirables dans l'inconscient, en les effaçant parfois même de la mémoire consciente. Ils sont cependant toujours actifs et deviennent les moteurs cachés d'actes ou de comportements, qui substitueront au plaisir interdit une dérive acceptable. On voit dans ces refoulements, que la psychanalyse s'emploie à rendre conscients, les causes de névroses, d'inadaptations, de conduites faussées ou ratées. Freud dit que "*La théorie du refoulement est la pierre angulaire sur laquelle repose l'édifice psychanalytique.*" Le refoulement est donc l'opération par laquelle l'analysant cherche à repousser ou à maintenir dans l'inconscient des représentations (pensées, images,

souvenirs) liées à une pulsion. Le refoulement se produit, dans le cas où la satisfaction de cette pulsion, susceptible de procurer du plaisir, risquerait de provoquer du déplaisir à l'égard d'autres exigences (Surmoi).

L a p s u s

Il nous semble aussi intéressant de définir le lapsus car il est, selon Freud, "une manifestation directe de l'Inconscient, une incursion de l'Inconscient dans le champ de la conscience". Ce sont aussi "des fautes, mépris, oublis que l'on attribue volontiers à la distraction mais qui sont l'expression de l'inconscient". Ils sont définis comme "*une variété d'actes accomplis de manière orale ou écrite*". (exemple: l'analysant parle de lui au féminin, ou dit "c'est mon meilleur ennemi... heu ... ami!")

R é s i s t a n c e

Au cours de la cure psychanalytique, la résistance s'étend à tout ce qui dans les dires et les actions de l'analysant met obstacle à l'accès de son inconscient. Au fil des séances, certains souvenirs qui se regroupent autour d'un noyau central pathogène. Plus le patient s'approche de ce noyau, dans l'évocation de ses souvenirs, plus la résistance s'intensifie comme pour contrarier la remémoration et réfuter toute interprétation. (exemple: *On arrive dans le noyau => l'analysant change automatiquement de sujet, arrive en retard et se justifie longuement, manque des séances, refuse les confrontations proposées, passe à l'acte hors des séances*)

N e v r o s e s

Sigmund Freud affirme que chaque individu est dominé par l'opposition entre les forces qui tendent à l'obtention du plaisir et celles qui tendent à l'entraver. La plupart du temps, un équilibre s'instaure, qui permet une bonne adaptation à la vie. Chez les sujets souffrant de névroses, ce phénomène d'opposition entraîne des conflits inconscients qui s'expriment différemment suivant le type de

névrose considéré et handicapent le sujet dans sa vie relationnelle.

T r a n s f e r t

Selon Freud, c'est la tendance de l'analysant à faire du psychanalyste l'objet de réactions émotives. D'après lui, ces réactions émotives sont dirigées vers d'autres personnes importantes dans la vie de l'analysant(e). Le transfert aide le psychanalyste à comprendre les réactions du client à l'égard des autres. Cela se passe en dehors du champ de la conscience). Le transfert désigne donc cette actualisation d'émotions anciennes quand elle se produit au cours de la cure psychanalytique et qu'elle y joue un rôle. Dans la cure, le transfert se manifeste en ce que l'analysant se met à témoigner à l'analyste une affection exagérée/inappropriée ou une hostilité marquée (ou, le plus souvent, un curieux mélange des deux). Ces sentiments, qui sont sans rapport avec la situation présente, traduisent en fait d'anciens désirs du patient devenus inconscients et que la cure a fait resurgir. Ils sont particulièrement nets lorsqu'il s'agit de l'actualisation d'une situation œdipienne, l'analyste incarnant alors le rôle du père.

Le contre-transfert est constitué de l'ensemble des réactions inconscientes vécues par l'analyste à l'égard de l'analysant et, surtout, de son transfert. Il doit être réduit, de façon à ne pas "recouvrir" le transfert du patient. Il permet d'interpréter des expressions de l'inconscient chez l'analysé. La résonance entre l'inconscient du patient et celui de l'analyste constitue une situation idéale. (mère absente > analyste compatissant)

R é v e

Selon Sigmund, il s'agit d'un "état modifié de conscience qui se révèle la voie royale pour accéder à l'inconscient". De manière plus pragmatique, c'est un produit dérivé du cerveau qui réorganise et stocke l'information accumulée au cours de la journée. Freud pense que le contenu des rêves exprime des désirs, des problèmes ou des

conflits intérieurs profonds mais inconscients. Le rêve serait une tentative de satisfaire ces phénomènes inconscients.

Libido

La libido est l'énergie psychique postulée par Freud comme support des transformations de la pulsion sexuelle quant à son objet, à son but et à la source de l'excitation sexuelle. Pour Freud, elle rend compte de la présence du sexuel dans la vie psychique. La théorie de la libido de Freud suppose une conception de la sexualité plus large que celle qui existait à son époque. Dans *Trois Essais sur la Sexualité*, il énonce que la sexualité ne saurait être limitée à la tâche de la procréation. Il conteste ainsi l'idée d'indifférenciation entre le sexuel et le génital, et met en évidence l'existence d'un sexuel différent du génital en ce qu'il n'a rien à voir avec la reproduction, mais n'a d'autre but que l'obtention d'une satisfaction. Ainsi naquit le scandale: Freud qualifia de "sexuelles" un certain nombre d'activités ou de tendances repérables non seulement chez l'adulte, mais aussi chez l'enfant au stade même de nourrisson. L'enfant, nous dit-il, est un "pervers polymorphe". Ainsi reconnaît-il, dans la succion de l'enfant et la satisfaction qu'il en tire, une activité sexuelle.

Conclusion

Notons que la psychanalyse s'est répandue en occident depuis le décès de Freud en 1939, mais que ses effets ne sont pas encore réellement intégrés dans la mentalité générale. Ce qui confirme ce que Freud lui-même découvrit : l'intellect peut admettre beaucoup de choses dites inadmissibles mais que l'inconscient peut continuer à les refuser fondamentalement. La psychanalyse garde donc son potentiel subversif (au sens de méthode de découverte de vérités), qui fait que les principales institutions encore de nos jours la refuse, en dépit de la place culturelle incontestable qu'elle a prise. C'est la résistance culturelle que Freud a décrit avant sa mort dans *Malaise dans la Civilisation*.