

ACTE MANQUE, UNE PEUR INCONSCIENTE

Anne-Sophie Glover-Bondeau

Journaliste santé

Oublier un rendez-vous avec une amie, partir sans ses billets d'avion, perdre les clés de sa voiture avant de se rendre à un entretien d'embauche...

Selon Freud, ce ne sont pas des accidents.

Alors, qu'est-ce qui se cache derrière ces actes manqués ?

Éclairage de Pascal Zentz, psychanalyste

La notion d'acte manqué a été introduite par Freud en 1901 dans son essai intitulé Psychopathologie de la vie quotidienne. Les actes manqués seraient révélateurs de nos préoccupations inconscientes.

Actes manqués : n'en voyez pas partout !

" Tous les oublis ne sont pas des actes manqués" rassure Pascal Zentz, psychanalyste. " Un acte manqué, c'est toujours quelque chose de très personnel, entre soi et soi" ajoute-t-il. Et c'est donc assez exceptionnel ! Ainsi, si vous oubliez vos clés chez vous alors que vous avez été distrait par un coup de fil, n'en déduisez pas que c'est un acte manqué. D'ailleurs, un acte manqué peut être spectaculaire mais il peut aussi ne pas forcément être identifiable tout de suite.

Vous le réalisez rarement vous-même : " Souvent, c'est un ami ou un psychiatre qui va vous dire que c'est un acte manqué". Autre façon de voir si c'est un acte manqué : " Lors d'un acte manqué, on fait souvent ce que l'on devrait faire mais incomplètement" indique ce psychanalyste. Exemple : vous devez prendre l'avion avec votre conjoint(e), c'est lui (elle) qui a les billets, mais vous vous vous "arrangez" pour vous perdre dans les horaires. " Dans un acte manqué, on s'arrange pour que l'ensemble des choses ait l'apparence d'avoir été respectées mais pour que la chose ne se fasse pas".

Actes manqués : une peur inconsciente

" Derrière un acte manqué, il y a quelque chose qui est assez fort, verrouillé".

" Inconsciemment, on se prémunit contre quelque chose dont on a peur et cela s'exprime

souvent de façon incongrue". Exemple : " Si on oublie ses billets d'avion avant un voyage, on peut dire que derrière cette action il y a une volonté de ne pas partir et une peur".

" Derrière un acte manqué se cache quelque chose que l'on ne veut pas aborder alors qu'on est obligé de l'affronter" précise-t-il. Exemple : vous perdez vos clés de voiture avant de vous rendre à un entretien d'embauche.

Ce qui doit vous inciter à vous interroger ou à consulter ? " Si cela devient récurrent : vous perdez souvent vos clés, vous oubliez des rendez-vous, vous confondez les horaires...

Actes manqués : plus fréquents au cours d'une psychothérapie

" Les actes manqués, rares dans la vie courante, arrivent souvent au cours d'une cure psychothérapique. Les patients oublient leur rendez-vous, prennent la ligne de bus dans le sens inverse ou encore ils sont au bon numéro mais pas dans la bonne rue alors qu'ils viennent depuis ans à des rendez-vous" " Ou alors la personne vient le bon jour mais pas à la bonne heure".

Comment expliquer cela ?

" Souvent, on arrive dans le cadre de la cure analytique à des choses que la personne veut éviter d'aborder". " Et quand cela arrive, on essaie de comprendre pourquoi".

Sources

Interview Pascal Zentz, le 22 août 2011