

Chapitre VII – Le travail de deuil

Dans ce chapitre, nous nous appliquons à préciser la signification de certains concepts utilisés couramment lorsque l'on parle du deuil.

Inspirée par les théories psychanalytiques, notre approche envisage de se centrer sur les processus internes nécessaires à la gestion de la perte de l'activité professionnelle et de ses conséquences, afin d'analyser les possibilités de rétablissement, en termes de ré-intégration socioprofessionnelle.

L'activité professionnelle : un objet psychanalytique

Le chômage est considéré comme une période de deuil de l'emploi antérieur, ou de l'emploi en général pour certaines catégories de populations.

L'activité professionnelle est trop souvent considérée dans sa seule réalité extérieure. Dans notre recherche, nous étudierons plutôt le champ interne, ce qui se joue au niveau conscient, mais aussi inconscient et fantasmatique, autour de cette activité.

« Tout porte à penser que le désinvestissement de l'objet perdu n'est jamais tout à fait complet et qu'il ne peut l'être. Une partie de notre énergie libidinale lui reste à jamais attachée et disparaît donc avec lui. L'attachement, même le moins ambivalent, à toujours une dimension narcissique. »¹

La perte d'emploi correspond à la perte d'un objet particulièrement investi, qui tient de nombreuses fonctions dans l'équilibre du sujet. La disparition de cet objet oblige un travail de réaménagement psychique nécessitant, tout comme pour la perte d'un être aimé, la traversée de plusieurs étapes et des conditions maturatives et environnementales particulières.

L'activité professionnelle, largement développée dans le chapitre V, peut être, ici, très schématiquement décrite comme un ensemble de tâches se déroulant dans un cadre spatio-temporel, matériel et relationnel précis.

En prenant ainsi en compte sa double dimension, externe et interne, le travail constitue un véritable objet au sens psychanalytique.

C'est en perdant le travail qu'il prend le statut d'un objet interne ; son absence révèle sa réalité psychique.

Sur le plan psychanalytique, le travail est lié à l'amour et à la haine ; il est, en effet, investi au sens de « ce qui mobilise une partie de l'énergie psychique » d'un sujet, car il y consacre du temps, de l'attention, de l'énergie physique et mentale, mais aussi au sens de ce qui est chargé d'une valeur affective, positive ou négative. Le travail est aussi lié à la

¹ HANUS, M. (1994). Les deuils dans la vie. Deuil et séparation chez l'adulte et chez l'enfant. Paris : Maloine. p.112.

pulsion, comme le suggère S. Freud{ XE « Freud S. » }, dans « Malaise dans la civilisation » (1930), qui parle de « la grande valeur du travail, au point de vue de l'économie de la libido » et en particulier de « la possibilité de transférer les composantes narcissiques, agressives, voire érotiques de la libido, dans le travail professionnel et les relations sociales qu'il implique ».² Le travail peut être alors un simple exutoire des motions pulsionnelles mais aussi une possibilité d'élaboration beaucoup plus fine pouvant aller jusqu'à la sublimation.

R. Kaës³{ XE « Kaës R. » } envisage le chômage comme une période de perte de repères, de rupture d'étayages fondamentaux qui peut être l'occasion de reconstruire extérieurement et intérieurement un nouveau cadre contenant. Il ouvre ainsi la possibilité de trouver dans cette situation une nouvelle occasion de maturation ou de créativité, voire de résilience ?

Le travail du deuil sur le plan de la théorie

Concept très présent dans la littérature psychanalytique, le cas généralement théorisé du travail de deuil concerne la perte d'un être aimé, que nous présentons en 3 périodes : le choc, la dépression, le rétablissement⁴.

La période du « choc »

La première étape du deuil révèle un sujet d'abord anéanti, abasourdi qui décharge brutalement son émotion par des pleurs ou des cris. Quel que soit le déplaisir provoqué, le sujet est dans l'obligation de se confronter à réalité. Le travail psychique imposé au sujet correspond au fait qu'il doit accepter que l'objet est définitivement absent. Ce travail dans lequel s'affrontent principe de plaisir et principe de réalité, va conduire le sujet à une deuxième phase, celle du détachement et de la dépression ou, s'il y a refus de prise en compte du réel, à un suspens du deuil.

Les comportements permettant la décharge émotionnelle prouvent bien qu'il y a eu début d'une perception de réalité. Se manifeste un conflit entre acceptation et refus de la réalité matérielle. Ces réactions traduisent le démarrage du travail dépressif. État de désorganisation important la période du choc se caractérise par le maintien d'une attitude de régression défensive et par l'appropriation de la réalité confirmant la perte. Outre la blessure que provoque le choc, il se crée une tension entre la partie du Moi qui régresse jusqu'au plaisir et l'autre partie qui reste attachée à la réalité, représentant une deuxième source de douleur.

Deux issues sont possibles pour gérer ce conflit entre plaisir et réalité :

² FREUD, S. (1930). *Malaise dans la civilisation*. 13^{ème} édition. PUF.

³ KAËS, R. (1979). *Crise, Rupture et Dépassement*. Dunod. Coll. Inconscient et Culture.

⁴ La complexité de la réalité dépasse, souvent, largement les efforts de modélisation et il y a, bien sûr, chevauchement de ces trois moments du deuil. « La reconnaissance de la perte n'est pas encore consommée lorsque la dépression débute et l'étape finale se dessine déjà lorsque l'état dépressif est encore en cours. »

- Le principe de plaisir s'incline devant le principe de réalité et permet d'entrer dans la deuxième étape du deuil, celle de la dépression. Le sujet se soumet à la réalité en comprenant l'impossible retour de l'objet perdu. La dureté du travail dépend également des conditions de la perte : la violence du choc peut laisser le Moi plus longtemps en état de stupéfaction et restreindre ses capacités de réaction. Admettre la réalité, c'est-à-dire « accepter la perte », c'est faire un travail de prise de conscience et de représentation, travail qui ne va pas de soi.
- La seconde issue suspend le deuil et s'ouvre sur une psychopathologie ; Cela peut se manifester de différentes manières : parfois par l'évitement du conflit ; la réalité est alors esquivée et le sujet en refusant de faire front, ne prend pas le risque de la douleur. D'autres fois, par la victoire du principe de plaisir ; le sujet se fixe à un stade d'indifférenciation et de perte de contact avec la réalité.

La période de la dépression

Accessible, lorsque la réalité de la perte a pu être prise en compte, cette deuxième étape du deuil se caractérise par des comportements d'inhibition et un ralentissement des activités, une perte d'élan vital, un repli sur sa douleur et ses souvenirs. Les processus psychiques mis en jeu, exigeant du sujet d'importants efforts de gestion de ses énergies et de réaménagement de son monde interne, peuvent être globalement décrits ainsi :

La perte de l'objet extérieur investi entraîne d'abord la libération de l'énergie pulsionnelle attachée à cet objet. Les composantes libidinales et agressives se trouvent alors désintriquées et sont à la recherche d'un nouveau support contenant ; C'est dans un mouvement régressif de retour de l'énergie sur soi et de surinvestissement de l'objet interne correspondant à l'objet externe perdu, que ce contenant peut être trouvé. La différenciation de l'objet interne et du Moi conditionne la suite du travail du deuil : il peut y avoir, dans certains cas, retour de l'énergie sur le Moi plutôt que sur l'objet interne.

Le surinvestissement permet ensuite un désinvestissement analytique de l'objet : travail lent et progressif, laissant le temps de traiter les énergies libérées (et les sentiments d'abandon et de culpabilité qu'elles induisent) et de construire une trace stable de l'objet perdu.

La phase de dépression, processus complexe, mobilise largement le sujet et le confronte à de nombreuses déstabilisations, pouvant être à l'origine de nouveaux blocages du deuil. À ce stade, le sujet ne réalise pas que cette phase est une phase dynamique de détachement.

Cette brève présentation nous permet de procéder à l'analyse détaillée de la phase de dépression :

La séquence où l'énergie pulsionnelle est libérée et « désintriquée » représente le moment de mise à jour de l'ambivalence de toutes nos relations d'objet - ambivalence entre amour

et haine, entre similarité et altérité⁵. A travers les nombreux comportements : agressifs, propres à la période de deuil (comme l'agressivité contre le défunt, contre soi ou contre l'entourage) - de sentiments de culpabilité - ou encore de mouvements d'idéalisation, se manifeste cliniquement la libération et la désintringation de l'objet perdu. Les modalités de surinvestissement de l'objet interne sont conditionnées par la nature de la relation objectale rompue ; Les réactions d'agressivité ou d'idéalisation mettent à jour l'intensité de l'ambivalence. En fonction de la relation antérieure, et en particulier selon la qualité de la différenciation sujet-objet et de l'intensité de l'ambivalence entre pulsions libidinales et agressives, les processus de désintringation pulsionnelle et régression de l'énergie libérée prendront des formes très différentes.

La qualité et les résultats du travail du deuil sont largement conditionnés par l'accès à une distanciation permettant au sujet, en tant que personne différenciée de son environnement, d'entrer en relation avec des objets, perçus comme autonomes. La mélancolie, blocage caractéristique de deuil, est directement liée à cette problématique de non-différenciation sujet-objet. Le renoncement s'avère impossible puisqu'il équivaudrait à l'arrachement de ce qui n'a pas été reconnu comme séparé du Moi. Dans le deuil « non-pathologique », la personne endeuillée sait quel objet d'investissement elle a cessé de pouvoir aimer et elle se distingue de cet objet. Alors que le mélancolique ne sait pas vraiment ce qu'il a perdu et éprouve une perte concernant son Moi⁶. Si l'objet perdu représentait un objet indispensable à la satisfaction de ses besoins, le travail du deuil peut se révéler compliqué.

À l'origine de la problématique de la non-différenciation, nous trouvons des relations de grande dépendance qui n'accordent pas d'espace entre sujet et objet. La violence de l'ambivalence, caractérisant une mauvaise différenciation sujet-objet, vient alors compliquer le travail du deuil, du fait de la gestion de l'agressivité et de celle du sentiment de culpabilité : Se souvenir des mauvais côtés de l'objet signifie admettre l'ambivalence de la relation antérieure, ce qui est trop culpabilisant pour être tolérable. L'idéalisation de l'objet⁷ peut ainsi être comprise comme l'impossible prise en compte de l'agressivité : le sujet a alors recours au clivage des représentations contradictoires de l'objet perdu, afin de lui permettre de séparer et de maintenir à l'écart la partie gênante de cet objet.

L'abandon de la représentation globale de l'objet implique une régression du fonctionnement psychique et ne résout pas la gestion de l'agressivité qui au contraire s'en trouve renforcée dans son ambivalence.

L'objet, réduit au seul bon objet partiel, ne pouvant être abandonné, le travail du deuil est alors suspendu et la dépression ainsi évitée. En investissant les objets comme tout bon ou tout mauvais, l'agressivité et la colère, ne peuvent pas s'adresser à l'objet perdu et sont dirigés sur d'autres objets. Cette conception dichotomique du monde, évacue l'agressivité

⁵ LAGACHE, D. (1938a) Deuil maniaque. In Œuvre I, 1932-1946, Paris : PUF. 1977.

⁶ GUILLAUMIN, J. (1996). *L'Objet*. L'esprit du temps. Diffusion. PUF. p. 83.

⁷ Lorsqu'elle ne se contente pas d'être une phase de passage classique induite par le manque et la mise à jour des gratifications qu'apportait le bon objet perdu au Moi, phase nécessaire pour garder une trace de l'objet.

et gère les composantes libidinales « en mal » d'objets, par la valorisation de la solitude qui permet au Moi de ne pas risquer de nouveaux abandons. Le sujet devra néanmoins recourir à d'autres mécanismes, pour décharger l'ensemble de ses composantes agressives : le refoulement alimentant les sentiments inconscients de culpabilité, peut favoriser des retournements d'agressivité contre soi. Le clivage du Moi permettant à la fois le déni et l'acceptation de la perte, le déni et l'acceptation des pulsions agressives peuvent également être une solution.

Ainsi, nous voyons comment la violence de l'ambivalence, l'accroissement des difficultés de gestion de l'agressivité et l'augmentation des sentiments de culpabilité, peuvent conduire à un enfermement dans la dépression.

La zone de non-différenciation, correspondant à la zone de recouvrement de la représentation du soi et de l'objet interne, varie en fonction de son importance : un recouvrement relativement faible témoigne d'une bonne représentation sujet/objet, c'est-à-dire d'une relation objectale génitale ; un recouvrement très important traduit, lui, une relation pré-génitale à un objet non clairement différencié.

L'énergie pulsionnelle libérée par la disparition de l'objet extérieur fait retour. Elle est investie intérieurement de manière fort différente, selon le degré de différenciation entre représentation de soi et objet interne.

Dans tous les cas, le Moi s'identifie à l'objet perdu : Cette identification ou ce surinvestissement de l'objet interne, est une condition pour permettre le travail de détachement. Elle laisse le temps d'admettre intérieurement la disparition et le sujet chemine progressivement, par le désinvestissement analytique, vers une re-différenciation de la représentation du Moi et de l'objet interne.

Dans les cas où l'identification n'est pas temporaire, témoignant intérieurement de la confusion sujet-objet externe, l'énergie pulsionnelle libérée fait alors retour sur un Moi inextricablement confondu à l'Autre. Dans ce cas, le Moi reste prisonnier de l'objet interne, auquel il consacre la plus grande part de son énergie.

Le retour de l'énergie libérée sur le sujet, l'investissement de l'objet interne et le désinvestissement très progressif de cet objet ont plusieurs fonctions :

- Les diverses tendances pulsionnelles, privées de support externe, sont contenues et évitent ainsi une dérive hasardeuse.
- À l'intérieur de nous, une survie provisoire de l'être aimé est maintenue.
- L'échelonnement, sur une période suffisamment longue, du travail de deuil, évite une rupture totale et donne le temps d'élaborer la perte et ses effets, sans être submergé par l'énergie libérée.

Le travail d'acceptation du principe de réalité se déroule ainsi : dans la première période du choc, l'acceptation de la réalité de la perte externe est compensée par un renforcement de la relation intériorisée avec l'objet perdu ; dans la deuxième période, l'acceptation du désinvestissement de l'objet interne a laissé place à de nouveaux investissements.

Le conflit initial entre acceptation et refus, permettant, en fin de période de choc, au principe de réalité de dépasser le principe de plaisir, n'a donc pas permis de rompre les liens qui nous attachaient à l'être aimé ; ceux-ci étant conservés et reportés sur le représentant interne de l'objet perdu. Ces liens ne pourront céder qu'au terme d'un second travail d'acceptation de la réalité : réalité interne cette fois, prenant en compte les réaménagements psychiques induits par la disparition.

« Pour ce qui est du deuil, un laps de temps est nécessaire pour exécuter dans ses moindres détails l'ordre imposé par l'épreuve de la réalité ... Chacun des souvenirs et des espoirs, qui attachent la libido à l'objet, est amené à la lumière et surinvesti ; après quoi s'accomplit à son égard le détachement de la libido. »⁸

Le travail analytique d'épreuve de réalité est une étape tout aussi nécessaire que celle de l'acceptation de l'épreuve de réalité de la période de choc ; cette étape est garante du dépassement d'un stade d'incorporation de l'objet, totalement paralysant pour le Moi.

Le désinvestissement analytique permet enfin d'échelonner le traitement des énergies libérées et notamment de l'énergie agressive, réduisant ainsi considérablement les douleurs particulièrement vives pour le sujet.

L'une des conditions du deuil, rappelée par C. Guérin{ XE « Guérin C. » }⁹ (1975) va être de « pouvoir se « désidentifier » de la cause de la mort » ; cette « désidentification » permet de reconstruire un objet intérieur rassurant : Chaque perte réactive des angoisses liées aux pertes des premiers objets de dépendance conduit à ré-élaborer la position dépressive¹⁰.

La perte extérieure est vécue intérieurement comme une menace d'effondrement, lié à la perte des bons objets protecteurs indispensables à l'équilibre, et comme une menace de déchéance, liée à la culpabilité de ne pas avoir su les protéger et les conserver. L'agressivité révélée par la perte est à la fois, liée à l'objet réel perdu et traductrice de l'ensemble des sentiments agressifs à l'égard de tous les objets antérieurs de dépendance ; peuvent également venir s'ajouter des sentiments de colère contre l'objet qui abandonne. Or, toute agression entraînant une réaction de défense ; la contre-attaque, elle-même source de douleur, intensifie encore la culpabilité.

Contrairement aux premières affirmations de S. Freud{ XE « Freud S. » }, l'ambivalence n'est pas un facteur induisant un deuil pathologique, mais une réalité inévitable (que le Surmoi va devoir assumer). En effet, c'est la reconnaissance après coup de notre inévitable ambivalence relationnelle qui peut conduire à une réalisation du travail de deuil.

La gestion de l'agressivité permettra une poursuite normale du travail du deuil ou, au contraire, écrasera le sujet sous la charge d'une culpabilité ne pouvant que bloquer le travail élaboratif.

⁸ FREUD, S. *Métapsychologie* (1917) Gallimard.

⁹ GUERIN, G. Conclusion de l'ouvrage in RAIMBAULT, G. *L'enfant et la mort. ?*

¹⁰ au sens où l'a développé M. Klein (1939)

La période du rétablissement

Avant de lâcher l'objet, avant de défaire les liens qui nous unissent à lui, il faut d'abord les renforcer, garantir un marquage suffisamment fort pour garder un souvenir fiable, tout en continuant à vivre. L'objet ne peut être lâché que si l'on est sûr de pouvoir continuer à se le représenter. Le surinvestissement analytique des souvenirs attachés à l'objet et le désinvestissement très progressif de celui-ci garantissent donc l'élaboration d'une trace durable.

En conséquence, la « sortie » du deuil se caractérise par :

- La conduite à son terme du processus d'intériorisation de l'objet perdu : le stade nécessaire de recouvrement du Moi et de l'objet est dépassé ; l'objet interne laisse une trace clairement différenciée et localisée qui n'envahit pas tout l'espace du Moi et permet la reconstruction de nouveaux liens et de nouveaux objets internes. Le sujet se libère, c'est-à-dire se rend libre de toute occupation, disponible pour se consacrer à autre chose.
- La gestion réussie des sentiments de culpabilité : ce qui signifie que la trace témoigne aussi de la relation ambivalente à l'objet perdu.

Ainsi, d'un point de vue dynamique, la constitution d'une trace assure une grande liberté d'action au Moi et un bon étayage à ses mouvements libidinaux et, d'un point de vue économique, une bonne récupération et une disponibilité des énergies.

Progressivement, les signes cliniques de dépression disparaissent et une envie de vivre réapparaît. Ce désir de réinvestir fait suite au long travail d'élaboration, de construction d'une nouvelle relation avec l'objet interne correspondant à l'être aimé perdu. La nature de cette nouvelle relation et, par conséquent, la nature de la trace laissée par l'absent, déterminent la possibilité de sortir progressivement du deuil.

Mélanie Klein { XE « Klein M. » } (1939) considère qu'une perte, non seulement impose la constitution d'une trace efficace, mais implique aussi un changement remettant en cause la globalité de l'équilibre du monde interne.

Ainsi, ce qui était au départ « intériorisation » de sauvegarde de l'objet et protection de la perte devient possibilité de profiter de certaines qualités de l'objet perdu, voire d'investir certains de ses objectifs. Cela correspondrait à la capacité du sujet de détacher les fonctions tenues antérieurement par l'objet perdu pour son équilibre, de les conserver et de les prendre en charge lui-même ou d'accepter de les voir assurées par un nouvel objet¹¹.

Quelle que soit la relation d'objet, perdre un objet équivaldrait à perdre un peu de soi-même ; à l'issue du deuil, le Moi sortira de cette épreuve irrémédiablement différent.

¹¹ Y. Tisseron (1986) développe cette idée en rappelant la différence entre introjection et incorporation telle qu'elle est décrite par N. Abraham et M. Torok (N. Abraham, M. Torok, L'Ecorce et le Noyau, 1978). L'introjection permet de placer à l'intérieur du Moi la trace de la relation nouée avec l'objet privilégié. Celui-ci devient ainsi le prototype de relations à venir. L'incorporation est, quant à elle, une intériorisation de l'objet et de ses fonctions, sans détachement possible ; l'objet perdu reste le seul garant des fonctions qu'il tenait antérieurement. Dans la mesure où il est irremplaçable, où les objets ne sont pas interchangeables, il bloque les possibilités de nouveaux investissements.

« Toute situation impliquant une rupture, laisse toujours subsister une incorporation dont aucun travail du deuil ne peut venir à bout ». ¹²

Avec Y. Tisseron { XE « Tisseron Y. » } (1986), nous pensons que ce deuil ne serait jamais totalement achevé. En effet, il pourrait correspondre, sur le plan psychanalytique, aux deuils originaires, deuils toujours marqués d'une certaine part d'impossible, dans la mesure où ils sont liés à des relations précoces qui ne peuvent être parfaites et que l'existence physique et psychique de l'individu ne peut passer que par le renoncement à la fusion et par la confrontation au manque.

A contrario, nous pensons que cet inachèvement ne s'oppose pas à l'idée du rétablissement d'un Moi solide en fin de travail du deuil. Il est l'occasion d'une consolidation du Moi parce qu'il conduit à une plus grande maturité de notre Idéal du Moi, à un nouveau pas vers la compréhension et l'acceptation de nos limites et donc à un rapport à la réalité progressivement moins marqué des traces de notre sentiment de toute-puissance.

Chaque deuil nous renvoie ainsi, en particulier, à la castration narcissique par excellence qu'est notre propre mort ; cela nous rappelle notre finitude et nous rend plus réalistes. Cette maturation de l'Idéal du Moi ne pourra que faciliter l'achèvement du deuil et l'abord des deuils suivants.

Le travail de deuil de l'identité professionnelle antérieure

Nos rappels théoriques mettent en lumière certaines conditions pour qu'un travail de deuil soit réussi. Nous nous proposons de les répertorier comme autant de repères essentiels à l'analyse de la difficulté du deuil de l'identité professionnelle antérieure.

La nature de la relation au travail

Nous avons vu que le travail du deuil dépend directement de la nature de la relation à l'objet perdu. Nous savons également que les réactions psychiques à la perte d'un être aimé et aussi à l'emploi montre que cette relation est elle-même largement déterminée par la maturité du sujet. Plus l'activité professionnelle est centrale dans la vie du sujet, plus le travail de deuil se révèle difficile.

L'acceptation du principe de réalité

Tout d'abord, il s'agit de reconnaître l'irréversibilité du sens du temps, « On ne revient jamais plus en arrière » ... en acceptant cette irréversibilité, on marque notre acceptation du principe de réalité et notre renonciation à l'illusion de la toute-puissance. Tant que le chômeur de longue durée met ce deuil en attente, il empêche que s'impose le principe de réalité ; le principe de plaisir entretient alors le fantasme de l'ancienne identité, pourtant à jamais disparue. La mise en place de ce principe de réalité, lié à la maturation du chômeur,

¹² TISSERON, Y. (1986). *Du deuil à la réparation*. Paris : des femmes. p. 129.

est largement facilitée par un « environnement suffisamment bon » qui permet de supporter l'attente, qui fournit l'élément initial de reconnaissance et d'obligation à l'action, du fait de la confiance dans l'étayage proposé.

De même que pour mener à bien le passage d'un fonctionnement dans le principe de plaisir à un fonctionnement dans le principe de réalité, l'enfant doit avoir pu cheminer par la construction d'un espace neutre, transitionnel, autorisant le suspens temporaire de la tâche contraignante de délimitation du dehors et du dedans. Cet espace est garant pour l'avenir, de l'existence d'une aire de repos, de retrouvailles avec l'illusion, sans prendre pour autant le risque du choix de la folie. La solidité de cette aire transitionnelle est capitale, puisque les expériences de perte en constituent une attaque frontale, exigeant du sujet un jugement de réalité.

Quitter la phase de la dépression suppose, d'une part, une distinction entre la réalité interne et la réalité externe et la possibilité de disposer de cette zone transitionnelle de mise en suspens de cette distinction. D'autre part, un dépassement des phases marquées par l'ambivalence : phase de dépendance avec ce qu'elle suppose d'amour et de haine ; phase oedipienne où la mort est à la fois crainte et souhaitée et peut donc entraîner une forte culpabilité liée à la croyance d'une responsabilité dans la disparition.

La réussite de la phase de ré-intégration suppose aussi un Surmoi suffisamment souple pour permettre le dépassement des sentiments de culpabilité et admettre de nouveaux investissements. Elle est, par conséquent, étroitement associée aux mouvements de construction identificatoire et à l'intériorisation des interdits en fonction de l'histoire du sujet.

Qualité de l'étayage de l'environnement proche

Dans le cas de la perte d'un être aimé, l'étayage apporté par l'environnement influence le déroulement du processus de deuil pour traverser la période de crise. Les modalités d'étayage consistent à déculpabiliser, reconforter, renarcissiser. L'institution sociale pourrait venir faciliter le travail intra-psychique et ainsi éviter des désorganisations et des débordements trop importants, en soutenant la prise en charge de « l'endeuillé » par la communauté. Ce qui pourrait assurer un accompagnement réussi du processus.

La problématique du chômage qui mêle étroitement les dimensions individuelles et sociales s'adapte particulièrement au concept de travail du deuil et offre un point de vue transitoire entre la dimension intra-psychique et la dimension inter-psychique.

Nous avons vu également comment, pour que le principe de réalité l'emporte sur le principe de plaisir, il doit s'appuyer parallèlement sur l'aide d'un environnement proche. La psychopathologie montre que cet environnement doit être capable de mener lui-même le combat contre le principe de plaisir et d'accepter la souffrance, la sienne et celle de l'autre. L'idée de deuil pour l'autre doit être acceptée, avec ce que cela implique de souffrance ; il peut, lui aussi, être à l'origine d'une souffrance, en imposant la réalité de la perte, même si elle provoque des réactions violentes chez celui qui préférerait ne pas la voir. Dans le cas du deuil de l'identité professionnelle antérieure du chômeur, il nous

importe que cet environnement comporte notamment une composante professionnelle, structure ou-et individu, qui assure un cadre de référence où le chômeur puisse manifester librement et s'étayer, tout au long du processus.

Cet accompagnement offre ainsi au chômeur, une preuve concrète de l'existence de bons objets externes, objets accessibles malgré le traumatisme qu'est la perte, objets auxquels il est possible de se fier. Comme l'explique M. Klein{ XE « Klein M. » } (1939), « dans les cas normaux, ce n'est que progressivement, en retrouvant sa confiance dans les objets externes et des valeurs de toutes sortes, que la personne en deuil peut raffermir sa confiance dans l'être aimé mort »¹³.

Ce n'est que progressivement également, que le demandeur d'emploi de longue durée, par la confiance accordée à cet environnement, pourra réinitialiser sa confiance en lui-même ainsi que sa capacité d'action. Ce travail sera rendu possible grâce à cet étayage extérieur qui s'assurera de la structuration d'un nouveau système de valeurs, ré-intériorisé et qui prendra de plus en plus de sens pour lui. La confiance dans les valeurs restructurées de son identité primaire, permettra l'investissement dans une nouvelle identité secondaire (socioprofessionnelle).

On a vu se dessiner l'importance de la fiabilité du monde extérieur pour gérer les sentiments inemployés d'amour et de haine, et accepter l'ambivalence de la réalité intérieure.

Sans expression de cette ambivalence, sans possibilité d'extériorisation ou de verbalisation des affects, le deuil est impossible. L'une des conditions du deuil est donc bien, comme le souligne M. Hanus{ XE « Hanus M. » } (1994),

« la capacité de ressentir ses propres émotions, de les exprimer ouvertement, de leur donner un nom, le mieux étant encore de pouvoir les partager »¹⁴.

Il l'est aussi pour des chômeurs qui doivent trouver un étayage à leur travail de gestion de leurs sentiments d'amour et de haine, à l'égard de leur ancienne identité.

Nous avons enfin noté que seule l'association d'une maturité suffisante du Moi et d'un étayage environnemental convenable garantit une bonne traversée de la période de dépression.

Pour ne pas perdre contact avec la réalité extérieure, il faut un Moi suffisamment mature pour faire face au retour des énergies d'investissement. Or, la réalité, pour le chômeur, ne représente pas un modèle encourageant pour son monde interne. Pour réussir la phase de sortie du deuil, il faut que l'étayage environnemental renforce les conditions de maturité du Moi, c'est-à-dire offre une bonne régulation du monde interne par la fiabilité du monde externe. Ce soutien peut se traduire par la mise en place d'un climat bienveillant assurant

¹³ KLEIN, M. (1967). Le deuil et ses rapports avec les états maniaco-dépressifs. 1939. In *essais de Psychanalyse*. Paris : Payot. pp 341-369.

¹⁴ HANUS, M. (1994). Les deuils dans la vie. Deuil et séparation chez l'adulte et chez l'enfant. Paris : Maloine. p. 101.

un regard positif et déculpabilisant, donnant la possibilité d'investir autre chose. Ce qui évitera d'ajouter au sentiment de culpabilité qui accompagne inévitablement la perte.

Nous avons observé que l'estime de soi continue d'évoluer tout au long de la vie, avec nos expériences d'échecs et de réussites. Un environnement favorisant les reconnaissances narcissiques facilite le travail d'affirmation du Moi. Il évite aussi au Surmoi de trouver dans l'histoire actuelle de nouvelles sources de critiques et de reproches.

C'est la mise à disposition de nouveaux supports identificatoires pouvant servir de support aux investissements renaissants, qui permet la réussite de la dernière phase du travail de deuil.

On peut raisonnablement penser que c'est l'accumulation d'absence d'éléments étayants et-ou le cumul des distorsions de l'environnement qui conduisent finalement au syndrome du chômeur de longue durée, comme si ce faisceau de convergence dans le manque, finissait par provoquer la rupture identitaire.

En résumé

Le terme « deuil » englobe une signification plus large que celle désignant l'état causé par la mort d'un être aimé. Placé devant le fait que l'objet (l'identité professionnelle et l'identité globale antérieure) est irrémédiablement déstructuré et-ou détruit, un travail psychique ne devrait-il pas être accompli par le chômeur ? D'une part, si tous les référents identitaires n'ont pas disparu, tous ont été affectés, certains ont été reniés, d'autres détruits ; d'autre part, l'autre dimension constitutive de l'identité, les liaisons à soi-même et aux autres, ont été affectées dans leurs fondements, du fait de l'énergie, antérieurement investie dans l'activité professionnelle, et réinvestie dans son Moi d'une manière destructrice.

On peut penser qu'à l'instar du véritable deuil, l'ancienne identité (détruite) était investie libidinalement par le sujet. Aussi, lors du licenciement, une partie de la libido qui se dirigeait sur l'objet, libérée, ne se retournerait-elle pas sur le Moi, dans une confusion d'objet ? Cela se traduirait par un repli narcissique : la libido ainsi soustraite du monde extérieur n'assurant plus la prise sur la réalité, on observerait alors, un ralentissement des activités, une perte d'élan vital, un désintérêt pour le monde environnant, un repli sur les souvenirs, un isolement de plus en plus grand des autres et de soi-même.

Dans le cas de la perte d'un être aimé, le travail de deuil a pour mission l'acceptation de la perte d'objet et ainsi de détacher la libido des liens qui la retournent à l'objet. Pour le chômeur, la perte de l'ancienne identité liée à la perte du travail, consisterait en un renoncement à une image de soi professionnelle idéalisée, à la reconnaissance de la rupture et à son acceptation.

Afin d'être disponible à la restructuration identitaire, ne faut-il pas faire le deuil de son ancienne identité professionnelle ? Voilà, en substance la question à laquelle nous aimerions répondre dans notre étude pratique.

Nous avons pu voir également que ce travail de deuil se réalisait par une relation interne-externe complexe, que les processus n'étaient pas seulement chronologiques mais aussi itératifs, combinatoires entre eux : chaque progrès du travail de deuil permet une avancée dans la construction identitaire et vis et versa ; la synergie est fragile et demande du temps pour se conforter, une attention importante et soutenue de la part de l'étayage externe.

Le travail de deuil ne devra-t-il pas se poursuivre ainsi avec la construction identitaire, longtemps encore après que ce processus soit entré dans sa phase de dynamique « normale », c'est-à-dire en activité du travail retrouvé ?