

# La Psychanalyse freudienne

## Qu'est ce que la psychanalyse ?

La psychanalyse est le travail par lequel nous amenons à la conscience du patient le psychique refoulé en lui. C'est en effet un procédé d'investigation sur des processus mentaux habituellement peu accessibles. Ce procédé qui utilise principalement la libre association permet de comprendre et de révéler la signification inconsciente de paroles par les lapsus; d'actions par les actes manqués ; de l'imaginaire par les rêves et les fantasmes.

La psychanalyse est également une méthode psychothérapique où ces mises en lumière des fonctionnements psychiques apporteront pour la personne qui se soumet à ce travail un mieux être accompagné de changements plus ou moins conséquents dans la vie affective, sexuelle et professionnelle.

## Comment se déroule une analyse ?

Une analyse dure généralement entre cinq et dix ans au rythme d'au moins une séance par semaine, souvent plus. La séance se déroule habituellement en trois quarts d'heure. Il arrive que ce temps soit réduit par certains psychanalystes à une demi heure, ce qui semble le minimum, voire un quart d'heure-vingt minutes. Certains analystes lacaniens pratiquent même les séances à heures variables, leur durée n'est pas définie à l'avance. Elles peuvent durer une heure comme cinq minutes. Cette pratique est contestable. Concernant la séance elle-même, elle se déroule en position allongée. L'analyste est assis derrière l'analysant de manière à le voir sans être vu. Le psychanalyste et le patient peuvent également être en face à face. L'analysant est amené à exprimer librement, sans censure, ce qui lui vient à l'esprit, c'est l'association libre.

## Le silence de l'analyste est-il aujourd'hui encore essentiel ?

Il ne s'agit pas d'un silence absolu. Moins il y a de mots, plus ils ont de poids et donc mieux ils seront entendus. D'autre part la discrétion de l'analyste laisse toute la place au patient afin qu'il s'exprime librement, c'est la règle de la non directivité. Le travail du psychanalyste consiste à souligner, appuyer, donner quelques repères aidant l'analysant à progresser. C'est le patient qui fait l'essentiel. Une analyse dans un silence absolue, ce n'est pas une analyse. Il peut arriver que le psychanalyste ne dise pas un mot pendant plusieurs séances mais cela reste ponctuel au cours de l'analyse.

## En quoi la découverte par Freud de l'inconscient est-elle fondamentale ?

Elle nous permet de comprendre beaucoup mieux la psychologie humaine et d'avoir une compréhension globale de la personne. S'attacher au seul conscient ne permet pas de rendre compte des causes de beaucoup de symptômes. Cette découverte est fondamentale, car elle permet d'aller beaucoup plus loin dans la connaissance des mécanismes psychiques profonds. L'inconscient n'est pas accessible spontanément à la conscience, il se révèle dans les actes manqués, les lapsus, les rêves, les fantasmes. Y accéder est un dur labeur qui demande un travail en profondeur.

## **Pourquoi l'écoute flottante permet-elle de faire émerger l'inconscient ?**

Puisqu'on parle d'écoute flottante on se situe du côté de l'analyste. Il doit identifier les mécanismes psychiques de celui qu'il écoute et élaborer des hypothèses. L'analyste doit être attentif aux résonances des dires de l'analysant sur son propre inconscient et tenter de comprendre sur ce que cela révèle de l'inconscient de son patient. Cette méthode permet à l'analyste de se libérer de ses résistances susceptibles d'empêcher les perceptions de son inconscient, il arrive ainsi à une plus grande objectivité.

## **Quels sont les concepts centraux en psychanalyse ?**

Il est absolument fondamental d'aborder les trois principaux stades de l'évolution découverts par Freud : le stade oral, le stade anal et le stade phallique car ils ont une grande influence sur le développement du jeune enfant et sur les difficultés qu'il peut avoir à l'âge adulte. Il est également essentiel d'aborder le concept de castration et le complexe d'oedipe, centraux dans la construction sexuelle et l'équilibre.

### **Qu'est ce que le stade oral ?**

Il débute au premier jour de la vie. Dès sa naissance, le bébé a un besoin organique de se nourrir, de téter. Il va très rapidement découvrir que manger est pour lui un plaisir. Puis x il va conserver ce plaisir et ce besoin de succion tout en se détachant de la nécessité de se nourrir. Pour cela il va utiliser une tétine ou bien son pouce. L'oralité touche à tout ce qui concerne la bouche, les lèvres, et une partie du tube digestif . Les personnes qui ont une forte oralité ont souvent le sens du toucher plus développé que les autres. Lors de ce stade il se crée une dépendance vis-à-vis de la mère que l'enfant va s'arranger à vivre en dehors de l'objet qui le lui permet. Une fixation importance à ce stade cause souvent d'importantes dépendances à l'âge adulte.

### **Que se joue-t-il lors du stade anal ?**

On peut faire débiter le stade anal entre la première et la deuxième année de vie. Le rapport de l'enfant à son environnement change. Il s'autonomise, il marche tout seul et prend plaisir à explorer son environnement. Il va abandonner sa dépendance à l'oralité au profit d'autre chose. Il va découvrir l'usage de ses sphincters anal et urinaire. Il va éprouver une grande jouissance à jouer avec cette analité. Au plaisir physique d'expulser va s'ajouter au moment de l'acquisition de la propreté, le plaisir mental d'être félicité par sa mère quand il a expulsé. Il va également découvrir les plaisirs sadiques. Il peut utiliser ses excréments pour salir, pour contrarier. Le jeune enfant va également découvrir le plaisir de rétention et les satisfactions que cela peut lui procurer. Une fixation au stade anal peut expliquer certaines formes d'agressivité verbale et physique, certains comportements trop intériorisés...

### **Qu'en est-il du stade phallique ?**

Après la résolution des préoccupations de l'oralité et de l'analité émerge le stade phallique. C'est la découverte chez l'enfant de la présence ou de l'absence du pénis. L'enfant, outre le plaisir d'uriner ressent un plaisir narcissique. Il est fier de son sexe, il met de l'urine où il veut, il ressent une grande satisfaction du pouvoir que cela lui confère. Un adulte qui veut être le plus grand, le plus brillant, qui veut absolument détenir du pouvoir a sans doute fait une fixation sur ce stade. C'est également à ce moment que la génitalité et les plaisirs qui y

sont attachés émergent, en découle le début du complexe de castration. Pour Freud, le complexe de castration touche la fille comme le garçon. Le petit garçon qui vient de découvrir son pénis a peur de perdre cet objet de plaisir x qui, en plus, le valorise par rapport aux autres. La petite fille, elle, va réaliser qu'il lui manque quelque chose, ce qui la conduit à se sentir inférieure. En découvrant qu'elle peut porter un enfant, elle va remplacer l'absence du pénis par un autre objet. Le désir d'avoir un enfant va remplacer ce manque. Elle va pour cela se tourner vers son père, père potentiel de son enfant. C'est le début du complexe d'oedipe.

### **Parlez nous de cet incontournable complexe d'oedipe.**

La fille va en se rapprochant de son père x entrer en compétition avec sa mère alors que jusque là elle était centrée sur elle. Cela entraîne une rivalité et une jalousie à l'égard de la mère qui conduit également à un fort sentiment de culpabilité. Pour le garçon, le complexe d'oedipe est plus violent encore puisqu'en se rapprochant de sa mère il va entrer en conflit avec son père. Ce conflit « entre hommes » de la famille peut engendrer, comme Freud nous le montre très bien dans le cas du petit Hans, un conflit difficile à vivre pour le petit garçon.

### **Le complexe d'oedipe est-il le point central de toute psychanalyse ?**

C'est un point central a beaucoup d'analyses mais parfois le nœud central se trouve ailleurs. Toutefois, le complexe d'oedipe est au centre de la structuration qui définit le choix de l'objet d'amour. Il va déterminer le genre de partenaire choisi, c'est donc en fonction du déroulement de ce complexe d'oedipe que **la vie amoureuse** d'un individu s'orientera dans un sens ou dans un autre. Il y a l'oedipe normal où on aime le parent du sexe opposé et le partenaire choisi possèdera certaines analogies avec ce parent. Il y a également l'oedipe inversé où l'enfant va aimer le parent du même sexe que lui et où adolescent, il sera conduit à choisir un partenaire ressemblant à ce parent là.

### **Que se passe-t-il lors du transfert de ce complexe sur le thérapeute ?**

Il y a deux formes de transfert : le positif et le négatif. Le patient ressent soit de l'amour, soit de la haine pour l'analyste. Il reporte sur le psychanalyste ce qu'il a pu ressentir à l'égard de son père, de sa mère ou de personnes qui lui sont proches. Le transfert voit se succéder des manifestations de nature différentes et ambivalentes à l'encontre de l'analyste. Ce transfert arrive au cours de l'analyse de manière progressive. Je ne crois pas trop à ceux qui disent que le transfert est déjà là lors de la première consultation. Le patient par le transfert revit, assez spontanément, des émotions et aborde des événements vécus dans le passé. Ce transfert est bien sûr interprété.

### **Quel est le sens réel que donne Freud au mot sexualité ?**

Quand Freud parle de sexualité, il ne parle pas que de génitalité, il parle plutôt de plaisir, on retrouve donc les trois stades : oral, anal et phallique et les plaisirs qui y sont attachés. La sexualité pour lui correspond à ce qui est ressenti physiquement, de manière palpable et émotionnelle. Cela conduit à considérer les plaisirs de manière très large : plaisirs charnels certes mais également fantasmes.

### **Après avoir découvert l'inconscient Freud introduit le ça, le moi et le surmoi. En quoi cette découverte est-elle également fondamentale ?**

Freud découvre là les différentes instances mentales, ce qui est forcément essentiel à la compréhension des mécanismes psychologiques.

Le ça, lui, correspond aux pulsions, elles sont inconscientes et non élaborées. Il y a deux grands types de pulsions : les pulsions de vie et les pulsions de mort. Les premières correspondent à une envie forte de vie, de création. Elles incluent, la sexualité, la maternité, la faim qui en sont des manifestations. Les secondes sont des envies fortes de mort ou de destruction; la colère, l'agressivité, la haine en sont un reflet. Le ça est rempli d'énergie sans organisation : c'est le chaos.

Le moi, lui, correspond aux intérêts généraux de la personne. Il gère l'ensemble de la personne : ses besoins, son rapport à la réalité, ses difficultés pour agir, ses dangers... C'est là que s'élabore la réflexion.

Le surmoi juge, critique, interdit. C'est le lieu psychique où sont présentes les règles éducatives morales et sociales. Normalement le sujet obéit au surmoi. Il peut le faire par peur de la punition ou bien par amour. xxxxxxxx. Quand la personne agit à l'encontre de certaines de ces pulsions non par crainte de la sanction mais par amour, c'est grâce à l'idéal du moi.

### **Le moi possède des mécanismes de défenses, comment fonctionnent-ils ?**

Tout moi organisé possède des mécanismes de défense. Ils servent à maintenir le système tel qu'il est, pour que le moi ne s'effondre pas. Ils servent à éviter une trop grande remise en question. Il y en a de nombreux : le refoulement, la projection, la régression, l'isolation, la sublimation... A chaque personnalité ses mécanismes de défense.

Le plus fréquent est le refoulement, il consiste à refouler dans l'inconscient, à faire sortir de la conscience ce qui a été vécu. Il entre en jeu de façon spectaculaire dans les névroses et tout particulièrement dans les cas d'hystérie. Il en existe deux notions : le refoulement primaire et les refoulements secondaires. Un événement va provoquer le premier refoulement et tous les autres événements qui s'en rapprochent vont à nouveau déclencher un refoulement, dit secondaire. Le refoulement est également le mécanisme le plus représentatif des fonctions de l'inconscient. Si un événement a été refoulé c'est qu'il existe encore quelque part dans l'inconscient.

La sublimation est le mécanisme de défense le plus élaboré et le plus positif. L'énergie initiale, vitale, est canalisée, utilisée à faire quelque chose de positif dans la vie. La sublimation peut permettre la réalisation intellectuelle et artistique, elle donne la possibilité d'accéder à la conceptualisation et à la symbolisation. L'énergie initiale sexuelle est transformée en énergie créatrice.

### **Quel est le lien entre pulsion et refoulement**

Certaines pulsions spontanées de vie ou de mort, sont difficiles à vivre. Elles causent embarras, sentiment de culpabilité, malaise, ce qui conduit au refoulement de ces pulsions dans l'inconscient. Il peut s'agir de pulsions de vie comme de mort. Désir sexuel, envie de meurtre... Quand ces pulsions sont contraires à une certaine morale, lorsque le désir est nocif pour la santé et pour la vie elle-même, la pulsion est réprimée. C'est l'interdiction d'un acte jugé contraire à la loi ou moralement interdit qui conduit au refoulement.

## Combien coûte une psychanalyse et qu'elle est la symbolique qui entoure la rémunération de l'analyste?

Une séance de 45 minutes coûte entre 50 et 80 euros. La rémunération de l'analyste est nécessaire et logique comme dans toute relation de travail. Si l'analyste travaillait gratuitement, l'analysant se retrouverait face à quelqu'un qui lui ferait un don et dont il se sentirait redevable donc dépendant. L'analyse représentant un travail de longue haleine, cela créerait, une lourde dette difficile à gérer. La rémunération est donc pour le patient la garantie de sa liberté. La transaction financière permet aux deux parties d'y trouver chacun son compte.

Concernant les séances auxquels l'analysant ne se rend pas, les pratiques sont variables. Me concernant, je demande, comme beaucoup de mes confrères à être prévenu au moins 48 heures à l'avance. Certains font payer les séances même pendant les vacances. Cela peut paraître abusif, pourtant un de mes confrères m'a expliqué qu'en faisant régler une de ses patientes pendant les vacances, il a maintenu le lien psychologique entre eux et cela lui a permis d'éviter la déprime qu'elle faisait toutes les années précédentes durant son absence.

Cette règle de la séance due s'inscrit dans la logique de la continuité et de la régularité. Quand on entreprend une psychanalyse, c'est un travail long et rigoureux qui demande un investissement. Il n'est pas dans l'esprit de s'y soustraire en fonction des événements ou d'éviter certaines séances difficiles.

## Quelles sont les limites de l'apport freudien ?

C'est d'abord les limites de son temps puisque Freud a vécu jusqu'en 1939 et que depuis de nombreuses découvertes ont été faites et de nouvelles pathologies ont émergées. Dans la théorie de la psychanalyse, Freud travaille essentiellement sur les névroses classiques faites d'inhibitions et d'angoisses assez communes à l'époque. Aujourd'hui, l'évolution des mœurs, la baisse de l'influence de la religion, les nouvelles méthodes éducatives expliquent que l'on soit moins souvent confrontés à ce genre de névroses. **De nouvelles pathologies narcissiques ou d'états limites, de dépressions, apparaissent. Dans ces cas là certaines psychothérapies se trouvent mieux adaptées pour les traiter.**

Aujourd'hui, La Psychanalyse est omniprésente dans la société. Le cinéma, le théâtre, la littérature, l'art, y font régulièrement référence, les médias analysent les faits de société au travers de son analyse. De plus, la psychanalyste ouvre aujourd'hui de nombreuses perspectives aux chercheurs et aux praticiens de multiples disciplines, outre la psychologie et la psychiatrie, la médecine, la Sociologie, la Linguistique, la Philosophie, l'Etude des Religions, l'histoire etc...