

# La psychanalyse, « psychologie des profondeurs » : théories et pratiques

La psychanalyse nomme un ensemble de **théories** qui partent de l'observation et de l'écoute des personnes, ainsi qu'une **pratique** "soignante", ou plutôt, désaliénante, en ce qu'elle permet peu à peu de se ressentir moins étranger - moins "autre", moins hostile - à soi-même. La psychanalyse offre une approche de l'humain que l'on pourrait dire révolutionnaire et en tout cas subversive, notamment parce que priment, parce qu'important - dans le corpus psychanalytique - non pas le conscient, le rationnel, le cartésien voire l'ordre moral, mais l'inconscient qui, par définition, ne peut que s'approcher.



Sigmund **Freud**, puis Mélanie **Klein**, Sandor **Ferenczi**, **Winnicott**, Jung, Adler, Karl Abraham, Lacan, Dolto, ont tiré de leur expérience professionnelle clinique et des écrits et nombre de concepts que je n'ai pas la place de décrire ici (on peut se référer à la brève bibliographie psy de ce site).

Répondant un jour à la question faussement candide de l'étudiant que j'étais «mais au fait Monsieur, c'est quoi, l'inconscient?», Jorge Cacho, psychanalyste et enseignant, nous répondit : «l'inconscient, c'est vous», en embrassant théâtralement du geste, espiègle et pédagogue, l'ensemble de la salle. Dans ce «l'inconscient, c'est vous», on peut lire que l'inconscient serait - je tente de simplifier - cette sorte de «réservoir», constitué peu à peu depuis la naissance et dans l'histoire familiale, au contenu différent pour chacun d'entre nous, mais en même temps lesté de certains invariants communs. Traversé par un certain nombre de forces, intriquées (mêlées) les unes dans les autres, inconscient charriant ou reléguant des «représentations» d'événements, de phantasmes, de personnes. Certains contenus inconscients, empêchés par des forces internes contraignantes (*et ignorées par soi-même*) de consciemment s'exprimer, se déplacent, se travestissent, se mêlent à d'autres et parfois, se font sentir ou observer sous des formes incompréhensibles au premier abord, tant par le sujet (qui est ainsi le jouet et l'objet manipulé de l'intérieur) que par son environnement, et apparaissent sous la forme de "symptômes", quels qu'ils soient : dépression, boulimie, répétition d'échecs, angoisse, addictions, etc..

L'inconscient nous gouverne. C'est le constat que fit et fait la psychanalyse. Constat qui effraie, désappointe et heurte, dans un monde de soi-disant maîtrise, où tout doit être contrôlé, ordonné, administré, quantifié, "scientifié", compris, institué, mis à distance, télévisé, consommé, rentabilisé, géré.

Conscient pour ma part d'être peut-être ici peu clair et extrêmement partiel, je vous renvoie à la page ["Faire une psychanalyse"](#) ainsi qu'à ces livres disponibles, simples et lisibles pour nombre d'entre eux, de vulgarisation et d'explicitation sur les différentes dimensions de la psychanalyse : une [bibliographie](#) partielle est d'ores et déjà présente sur ce site.

Informations complémentaires dans les pages : ["FORUM PSY, nouveaux textes, infos, discussions"](#) .