

# HODOPHOBIE *Phobie-défense contre l'angoisse*

*Phobie spécifique, classifiée en tant que trouble anxieux défini dans le DSM-5 et la CIM-11*

*DSM-5 Phobie spécifique de type maladie/blessure ou trouble anxieux*

*CIM-11 6B03 — Phobie spécifique, ou 6B23 — Anxiété liée à la santé*

La hodophobie (du grec hodos, chemin, et phobos, peur) mérite d'être resituée dans l'architecture déjà construite : elle s'inscrit comme modalité spécifique de la phobie-défense contre l'angoisse, mais présente une spécificité structurale qu'il convient d'isoler — celle du **départir**, de la rupture du cadre spatial familier, et donc de l'exposition à un réel sans repères symboliques stables.

## 1. Lecture jungienne

Le voyage, dans l'imaginaire archétypal, est une figure privilégiée de l'individuation — le *nostos*, le périple héroïque, la sortie du *temenos* protecteur vers l'inconnu. L'hodophobe est celui pour qui cette sortie active une angoisse d'engloutissement plutôt qu'une promesse de transformation.

- **Archétype mobilisé** : le voyage convoque l'archétype du Héros (départ, épreuves, retour), mais aussi celui de la Grande Mère dévorante dont on ne parvient pas à se séparer sans effroi. L'hodophobie peut se lire comme un refus inconscient de l'appel (le *call to adventure* campbellien), motivé par la crainte que l'Ego, hors de son enveloppe habituelle, soit submergé par l'inconscient.
- **Fonction du territoire familier** : le domicile, la ville connue fonctionnent comme *persona* spatiale — une peau symbolique. Quitter ce territoire équivaut à une mise à nu psychique.
- **Ombre projetée** : l'étranger, la destination inconnue, deviennent souvent réceptacles de projections ombrales (danger, chaos, dissolution identitaire), alors que le véritable objet de crainte est intrapsychique.
- **Enjeu d'individuation empêchée** : contrairement à la phobie réussie en suppléance (cf. Joyce), l'hodophobie fige le sujet dans une immobilité défensive qui bloque le processus d'élargissement du Soi que le voyage, archétypalement, est censé servir.

## 2. Lecture freudo-lacanienne

- **Freud** : le voyage, dans plusieurs textes (notamment le célèbre passage sur l'Acropole), est associé chez Freud lui-même à une culpabilité de dépassement — voyager plus loin que le père, accéder à un savoir/plaisir interdit. L'hodophobie peut donc receler une **inhibition liée au surmoi** : se déplacer équivaudrait à une transgression, une jouissance non autorisée.
- **Angoisse de séparation** : le trajet réactive la problématique du détachement de l'objet primaire — la maison, la mère, le cadre contenant (Winnicott resurgit ici en filigrane). Le transitionnel fait défaut ; l'espace intermédiaire du voyage n'est pas suffisamment "tenu".
- **Lacan** : le voyage expose le sujet à une perte de repères signifiants — hors de son Autre familier (langue, codes, réseau symbolique), le sujet hodophobe rencontre plus

directement l'objet *a* comme reste non symbolisable. L'étranger, la frontière, deviennent le lieu où le fantasme protecteur vacille. La phobie du voyage peut ainsi fonctionner comme suppléance signifiante artisanale : elle borne un point réel en le fixant sur l'acte même de partir, évitant au sujet la confrontation diffuse et non localisable à ce réel dans mille situations quotidiennes.

- **Trajet et corps** : les moyens de transport (avion surtout) condensent souvent l'angoisse de morcellement corporel — dépossession du contrôle moteur, corps confié à un dispositif extérieur.

### 3. Lecture philosophique

- **Heidegger** : l'*Unheimlichkeit* (inquiétante étrangeté ontologique) trouve dans le voyage une actualisation concrète — être-hors-de-son-chez-soi (*Un-zuhause*) au sens le plus littéral. L'hodophobe refuse l'exposition à cette structure existentielle que l'angoisse, chez Heidegger, révèle pourtant comme constitutive de l'être-là.
- **Lévinas** : le voyage comme rencontre de l'Autre absolu, de l'altérité irréductible — l'hodophobie serait alors un repli ontologique refusant l'épreuve éthique de l'étranger, préférant le Même (le chez-soi) à l'aventure de l'Autre.
- **Stoïciens** : Sénèque (*De Tranquillitate Animi*) note déjà que "changer de ciel ne change pas l'âme" (*caelum non animum mutant qui trans mare currunt*) — diagnostic stoïcien précoce : la peur du voyage, comme le voyage lui-même quand il est fui compulsivement, portent sur un mal qui n'est pas dans le lieu mais dans le rapport à soi.
- **Kant** : la notion d'espace comme forme *a priori* de la sensibilité éclaire pourquoi la perte des repères spatiaux familiers peut désorganiser la structuration même de l'expérience — non un simple inconfort, mais une menace touchant la condition de possibilité du monde vécu.

### 4. Lecture de la psychologie empirique contemporaine

- **Classification** : le DSM-5 ne reconnaît pas l'hodophobie comme entité autonome ; elle se répartit entre phobie spécifique (transport), agoraphobie (espaces sans issue de secours facile), et parfois trouble panique avec anticipation anxieuse.
- **Modèle cognitivo-comportemental** : catastrophisation anticipatoire, évitement renforçant (le soulagement de ne pas partir consolide la peur), distorsions de contrôle perçu.
- **Neurosciences** : hyperactivation amygdalienne face à la nouveauté et à l'imprévisibilité ; le voyage maximise l'incertitude environnementale, terrain propice à l'activation du système de vigilance.
- **Attachement (Bowlby, recherches contemporaines)** : styles d'attachement insécure-anxieux corrélés à une intolérance accrue à l'éloignement des figures et lieux d'ancrage.
- **Thérapeutique** : exposition graduée, EMDR quand composante traumatique repérée, thérapies intégrant la restauration du sentiment de sécurité de base avant travail sur l'évitement.

## Tableau comparatif de synthèse

AXE	JUNG	FREUD/LACAN	PHILOSOPHIE	PSYCHOLOGIE EMPIRIQUE
<b>Nature du danger</b>	Engloutissement par l'inconscient / échec d'individuation	Transgression surmoïque, angoisse de séparation, surgissement de l'objet <i>a</i>	Confrontation à l'Unheimlichkeit ontologique / à l'altérité radicale	Hyperactivation amygdalienne, catastrophisation
<b>Fonction du foyer</b>	<i>Temenos</i> , enveloppe de la persona	Objet contenant, garant transitionnel	Le <i>Zuhause</i> heideggerien, le Même lévinassien	Base sécurisante (attachement)
<b>Statut de la phobie</b>	Blocage défensif de l'appel archétypal	Suppléance signifiante localisant le réel	Refus de l'épreuve existentielle	Trouble anxieux à traiter par exposition
<b>Visée thérapeutique</b>	Réintégrer le voyage comme épreuve d'individuation	Symboliser l'angoisse de séparation, déplacer la suppléance	Assumer l'inquiétante étrangeté comme structurelle	Restaurer la tolérance à l'incertitude

**VOIR AUSSI Les 3 documents du fichier « HODOPHOBIE » :**

**HODOPHOBIE ET TRAUMA-RÉPÉTITION**

**HODOPHOBIE ET EXIL/MIGRATION**

**HODOPHOBIE COMME MIROIR DE LA META-ANGOISSE**