

LA GENTILLESSE EN PSYCHANALYSE

En psychanalyse, la gentillesse n'est pas simplement vue comme une qualité morale ou un comportement social agréable — elle est souvent explorée dans ses motivations inconscientes, ses fonctions psychiques, et ses effets relationnels.

Gentillesse et Surmoi

- La gentillesse peut être dictée par le Surmoi, cette instance morale héritée des parents et des normes sociales. Une personne peut être gentille par culpabilité anticipée : elle veut éviter la punition intérieure de son Surmoi.
- Parfois, cette gentillesse est contraignante, excessive, voire masochiste, servant à apaiser une angoisse ou une dette inconsciente.

Gentillesse comme défense

- Elle peut être une défense contre l'agressivité : être toujours gentil peut empêcher d'entrer en contact avec sa propre hostilité ou colère.
- Dans certains cas, c'est une stratégie de contrôle de l'autre : être agréable permet d'éviter les conflits, de plaire, de ne pas être rejeté.

Le faux self (Donald Winnicott)

- Winnicott parle de "faux self" : un masque social adapté aux attentes de l'environnement, souvent au détriment du "vrai self".
- Une gentillesse constante peut être une manifestation de ce faux self : la personne donne ce qu'on attend d'elle, mais se sent intérieurement vide, non reconnue.

Gentillesse et désir de reconnaissance

- La gentillesse peut être un appel à l'amour ou à la reconnaissance. L'enfant qui a été aimé pour sa docilité peut développer un "style gentil" pour mériter d'exister.
- Cela peut aussi être lié à une peur de l'abandon : "si je ne suis pas gentil, on ne m'aimera plus".

Transfert et contre-transfert

- En psychanalyse, la gentillesse du patient peut s'exprimer dans le transfert : il rejoue avec l'analyste des relations anciennes (par exemple, être le "bon enfant").
- L'analyste lui-même peut ressentir un contre-transfert positif face à cette gentillesse, mais doit rester vigilant : est-elle authentique ou défensive ?

Résumé

En psychanalyse, la gentillesse est interrogée, mais pas jugée. Elle peut être authentique, mais aussi un symptôme, un mécanisme de défense, une réaction au Surmoi, ou encore

une adaptation aux attentes de l'autre. Le travail analytique consiste alors à comprendre d'où vient cette gentillesse, à quoi elle sert, et ce qu'elle pourrait cacher.