

# PRÉCURSEURS DE LA PSYCHOTHÉRAPIE

## Historique

On peut remarquer que plusieurs des précurseurs de la psychothérapie ont exercé en France et en Autriche, l'axe Paris-Vienne semblant particulièrement propice au développement de cette approche, dès le XVIIIe siècle !

Franz Anton Mesmer (1734-1815), né en Allemagne, entreprend des études de théologie, puis de médecine. Il écrit sa thèse de médecine sur « L'influence des planètes sur les maladies humaines ». Il rencontre par la suite le Père Hell, jésuite et professeur d'astrologie, qui guérissait les malades à l'aide de fers aimantés. Mesmer lui emprunte cette technique et expérimente ses fameux baquets de chêne qui lui permettent de traiter 30 malades à la fois. Dans ces baquets d'eau, trempait du verre pilé et de la limaille de fer ; des tiges métalliques mobiles sortaient du couvercle et chacun des malades en tenait une extrémité, le tout au son d'un pianiste qui jouait des airs de Mozart... Les patients étaient encordés entre eux et le médecin magnétiseur, vêtu d'un habit de soie lilas, circulait avec sa baguette de sorcier et les fixait à tour de rôle, droit dans les yeux... Les malades étaient saisis de convulsions hystériques et la salle de traitement avait reçu le surnom « d'Enfer à Convulsions ». Un baquet isolé et gratuit était réservé aux pauvres, et — comme on peut s'y attendre — ses résultats étaient nettement moins satisfaisants !

Il fut bientôt exclu de la Faculté de Médecine de Vienne pour « pratiques charlatanesques » et s'enfuit à Paris — où il a développé les méthodes décrites ci-dessus. Mais, à partir de 1784, le Roi de France ordonne une expertise et de célèbres savants (parmi lesquels Lavoisier, le Dr Guillotin, l'astronome Bailly et B. Franklin) concluent, de même, de manière très négative, précisant que « l'imagination sans magnétisme produit des convulsions, tandis que le magnétisme sans l'imagination ne produit rien ». Après cette nouvelle condamnation, Mesmer se réfugie en Allemagne, mais sans davantage de succès, puis à Londres — d'où il revient mourir, ignoré de tous, dans son pays de naissance, l'Allemagne.

Pourquoi donc m'être attardé sur son histoire ? Parce qu'on peut voir là les premières ébauches de l'hypnose, reprise, par la suite, par Puységur, Liébaud (1823-1904), Bernheim (École de Nancy), Charcot (1825-1893) et Janet (1859-1947).

On sait que Freud (1856-1939) fut profondément influencé par les quatre mois de stage qu'il effectua auprès de ces derniers en 1885-86.

Entre temps, Jules Cloquet (1839) et Paul Broca (1859) pratiquent des opérations chirurgicales sous anesthésie hypnotique et, en 1882, Charcot réhabilite l'hypnose, à l'hôpital psychiatrique de la Salpêtrière. On sait aujourd'hui que son service abritait à la fois des épileptiques et des 2 hystériques et que ces derniers étaient toujours endormis par ses élèves ou assistants et ainsi, suggestionnés à son insu et « dressés » à reproduire des crises inspirées de l'épilepsie !

En 1889 fut organisé le premier Congrès international de l'hypnotisme.

On trouve ainsi chez Messmer une première approche de l'hystérie et de la suggestion, le constat de l'effet placebo et de l'influence du psychisme sur la neurophysiologie, ainsi qu'une tentative de psychothérapie de groupe.

En fin de compte, c'est donc en France qu'eurent lieu les principales expérimentations initiales de ce qui allait progressivement devenir la psychothérapie du XXe siècle, avec notamment : Messmer, Bernheim, Charcot, Janet et Freud.

## La psychanalyse

On peut considérer que la plupart des psychothérapies contemporaines sont issues de la psychanalyse (même si certaines s'en sont nettement écartées), la plupart, à l'exception de quelques-unes — non négligeables — comme les approches cognitivo-comportementales, le psychodrame morenien, les thérapies familiales systémiques, la PNL, etc.

La psychanalyse date maintenant d'un siècle et il va de soi qu'elle a considérablement évolué, en fonction des mentalités d'une part, et des recherches scientifiques d'autre part — notamment en neurosciences, en génétique et en psychopharmacologie.

C'est en avril 1886 que Freud ouvrit son premier cabinet, à Vienne, au retour d'un stage de quatre mois dans les services des professeurs Bernheim et Charcot, en France.

Il n'avait pas encore 30 ans.

C'est en français qu'il avait écrit ses quatre premiers articles, entre 1893 et 1896 (sur les paralysies hystériques, les obsessions et phobies, l'hérédité et l'étiologie des névroses). Mais ces articles n'eurent à l'époque, strictement aucun écho et il fallut attendre 11 ans pour le premier article sur la psychanalyse en langue française (écrit d'ailleurs par un Suisse de l'École de Zurich), et 18 ans (1911) pour que Freud évoque avec joie « le premier Français qui ait adhéré ouvertement à la psychanalyse » (le Dr. Morichau-Beauchant, de Poitiers).

Et ce n'est qu'en 1921 que Freud suggère à Eugénie Sokolnicka d'être « la première représentante de la psychanalyse en France », soit trente ans après la naissance de la psychanalyse. C'est en 1926 que se constitue la Société Parisienne de Psychanalyse (SPP), avec l'aide de la Princesse Marie Bonaparte.

À cette époque, il n'y avait en France que deux psychanalystes, tous deux formés à l'étranger

(Sokolnicka et Loewenstein). A la mort de Freud, en 1939, ils étaient 24 Français, mais ce nombre est retombé à 11 psychanalystes seulement, à l'issue de la Seconde Guerre mondiale, en 1945.

Depuis, l'essor a été considérable en France, puisqu'on y compte aujourd'hui environ 1 000 psychanalystes officiels rattachés à l'International Psychoanalytical Association (IPA) et environ 5 000 psychanalystes non « orthodoxes », répartis dans plus d'une

vingtaine de sociétés rivales, plus ou moins structurées, la plupart d'inspiration lacanienne.

Dans *Ma vie et la Psychanalyse*, Freud lui-même écrit, en 1924 : « Pendant plus d'une décennie après ma séparation d'avec Breuer, je n'eus pas un seul disciple. Je restais absolument isolé : à Vienne, on m'évitait ; à l'étranger, on m'ignorait ».

Ainsi, le 1er Congrès international de Psychanalyse, en avril 1908 à Salzbourg, ne rassemblait que 42 participants : 26 Autrichiens, 5 Allemands, 6 Suisses, 2 Hongrois, 2 Anglais et 1 Américain.

Donc, aucun représentant de pays latins, ni slaves, ni scandinaves.

Quant aux premières oeuvres essentielles de Freud : *Les Études sur l'hystérie* et *L'interprétation des rêves*, ils n'eurent aucun succès, et les 600 exemplaires de ce dernier ouvrage mirent... 8 ans à être épuisés !

Il est amusant de noter que la France — qui a mis 30 ans à se laisser « convertir » — est devenue aujourd'hui (avec l'Argentine) le pays du monde où la psychanalyse est la plus développée, voire même « impérialiste » — notamment dans les universités, bien que les premiers signes de son déclin se fassent sentir depuis quelques années.

La majorité des organismes de psychanalyse en France demeurent fidèles au divan traditionnel et les diverses variantes du mouvement dit « psychodynamique » y trouvent relativement peu d'écho. Soucieux de conserver la pureté originelle de leur approche, la plupart des sociétés de psychanalyse française se tiennent à l'écart des organismes de psychothérapie — qu'ils considèrent avec une certaine condescendance, opposant même le plus souvent psychanalyse et psychothérapie .

Ce bref chapitre ne permet pas de détailler l'action des principaux psychanalystes français qui ont joué un rôle important dans la mise en place de cette discipline — marquée par une succession de conflits et de scissions, parfois spectaculaires. Je me contenterai donc d'en énumérer quelques-uns, parmi les plus connus : Angelo Hesnard, Marie Bonaparte, René Laforgue, René Allendy, Sacha Nacht, Daniel Lagache, Françoise Dolto, Jacques Lacan, Maud Mannoni, Serge Lebovici, Didier Anzieu, René Kaës, Serge Leclaire, Jacques Sedat, André Green, Elisabeth Roudinesco, etc.

Chacun d'eux a mis l'accent sur tel ou tel aspect de la psychanalyse : ainsi, par exemple, Nacht cherchait à guérir ; Lacan cherchait à créer et innover ; Lagache cherchait à expliquer...

De même, chaque société s'est singularisée : la Société Parisienne de Psychanalyse (SPP), la plus importante, est surtout constituée de médecins et pratique une psychanalyse traditionnelle ; la Société Française de Psychanalyse (SFP) rassemble plutôt des enseignants universitaires et des écrivains ; les groupes lacaniens se sont multipliés et se sont livrés à l'innovation et à la contestation : ainsi, dès 1954, Jacques Lacan se faisait exclure pour avoir introduit ses fameuses séances ultra-courtes (quelques minutes, au lieu de 45 minutes). L'École de la Cause Freudienne (ECF), sous

l'impulsion de Jacques-Alain Miller, gendre de Lacan, a multiplié les publications et conquis aujourd'hui un impact non seulement technique mais aussi sociopolitique.

### **Les courants psychanalytiques post-freudiens ou dissidents**

Il faut citer ici quelques-uns des créateurs de courants importants qui se sont constitués pour partie en réaction ou dissidence par rapport à l'orthodoxie freudienne. Leurs oeuvres novatrices pourraient aussi être rangées parmi les thérapies existentielles et humanistes, parce qu'elles les ont profondément influencées ou qu'elles en furent les précurseurs (Adler, Jung, K. Horney, From, Diel, etc.).

J'évoquerai notamment, en France, la Société Française de Psychologie Adlérienne, la Société Française de Psychologie Analytique (créée en 1969, sous l'impulsion de Roland Cahen, Élie Humbert et Pierre Solié), branche de l'Association internationale de psychanalyse jungienne de Zürich et l'Association de la Psychologie de la Motivation, animée aujourd'hui par Armen Tarpinian et se consacrant à ce que Paul Diel appelait « la psychique ».

### **Les « nouvelles thérapies humanistes existentielles »**

En France, après un fort développement pendant une vingtaine d'années (1960-1980), la psychanalyse semble en déclin progressif face à l'apparition des approches cognitivo-comportementales, des thérapies familiales et des diverses variantes du mouvement dit « humaniste » ou existentiel, regroupant : Gestalt-thérapie (Perls), analyse transactionnelle (Berne), thérapie centrée sur la personne (Rogers), psychodrame (Moreno),

PNL (Grinder et Bandler), nouvelle hypnose (Erickson), analyse psycho-organique (Boyesen),

Sophia-analyse (Mercurio) et thérapies psychocorporelles, **psychosynthèse (Assagioli)**:

Le terme de **psychosynthèse** désigne avant tout une expérience de développement personnel et une pratique de *psychothérapie* fondées par le jeune Docteur *Roberto Assagioli* après sa rencontre (et sa collaboration comme représentant de la psychanalyse en Italie) avec *Freud* et *Jung* en 1909.

La Psychosynthèse est issue des travaux du Docteur Roberto ASSAGIOLI (1888-1974), qui fut un collaborateur de JUNG. Elle s'appuie sur près de 80 ans d'expérience clinique et de recherches effectuées par le fondateur et ses continuateurs en Europe et aux États-Unis.

"C'est une approche systémique : elle prend en compte l'être humain comme un système vivant corps/esprit en interaction avec l'environnement. Comme dans tout système, l'ensemble est plus grand que la somme des parties. Notre être est plus grand que tout ce que nous croyons être à travers le récit de notre mémoire.

C'est une approche intégrative : elle est d'abord une expérience vécue d'ouverture et de re-centration. Plus que de psychologie explicative, il s'agit d'une pratique de l'ouverture à l'autre, d'un art du vivant. Cette méthodologie est montrée et vécue à travers des

techniques et exercices pratiques de réflexion sur soi, de dialogues intérieurs créatifs, de visualisations, d'écoute et de mobilisation du corps, des affects et de l'intuition, des jeux interactifs. C'est la manière d'utiliser la technique qui donne sa spécificité à la psychosynthèse, plus que la technique en soi. Une pratique de psychothérapie en découle, en même temps qu'un processus éducatif et de formation personnelle s'appliquant à divers domaines : éducation, psychothérapie, entreprise, sciences. Elle utilise à l'intérieur de son cadre, les outils du travail thérapeutique intégrant les dimensions du corps, des émotions, de l'intellect et de l'âme. Approchant la psyché-soma (le corps/esprit) comme un système global, elle apprend à analyser l'inconscient inférieur (les désirs refoulés), à éclaircir les choix du moi conscient de la vie présente, et à être réceptif aux aspirations créatives et intuitions du supra-conscient"

La psychosynthèse est née au début du 20<sup>ème</sup> siècle. Son fondateur est un psychiatre italien, Roberto Assagioli (1888-1974). Élevé dans un milieu humaniste et très ouvert sur le monde, il s'intéresse très tôt aux questions concernant la psychologie, en particulier la notion d'inconscient. Il se forme à la psychiatrie, est ami avec Ernest Jones, Abraham Maslow, et surtout rencontre Jung avec qui il collabore à la revue " Jahrbuch " Il y publie un article sur le développement des idées de Freud en Italie.

Roberto Assagioli fait partie de ceux qui participèrent aux débuts de la psychanalyse. Toutefois, sa thèse de doctorat soutenue en 1910 est déjà une étude critique de cette approche de l'inconscient, de la trop grande importance que Freud attache aux conflits nés de la sexualité et au caractère trop « mécaniste » de la doctrine Freudienne.

Il s'interroge sur la dimension transpersonnelle et sociale de l'être humain, en qui, il voit ; non seulement, un être venant d'une histoire et allant vers un devenir tout comme Freud, mais aussi un être en relation transpersonnelle à travers l'inconscient collectif, en lien permanent avec les autres. Assagioli parle de la psyché comme étant le fruit d'une histoire, et il en parle aussi comme contenant une page blanche que des informations complexes indépendante de son histoire personnelle viendront noircir.

IL crée sa théorie de l'œuf qui deviendra probablement la première thérapie systémique et humaniste de l'histoire.

La pratique de la Psychosynthèse et de ses multiples « regards » est particulièrement adaptée face aux mal être en entreprise, au stress et autres risques psychosociaux. Elle permet de créer une grille de lecture non seulement du mal être lui-même mais aussi de le mettre en relation avec l'environnement de la personne en difficulté. Le travail sur les sous personnalités (les identités ou les masques dans d'autres pratiques) et l'observation des jeux des sous personnalités entre elles permettent d'observer son mode de fonctionnement et devenir, de ce fait, acteur de sa vie.

La systémie utilisée en psychosynthèse est un outil performant, créant un mieux être rapide et une grille de lecture et d'analyse synthétique permettant de ne plus se laisser dépasser par ses modes émotionnels et relationnels.

### **Schéma intégrateur du modèle structurel de la personnalité proposé par la psychosynthèse**

Ce schéma intégrateur appelé aussi *schéma ovale* ou *diagramme de l'oeuf*, a été conçu en

1958 par Assagioli. Il synthétise bien les différentes dimensions de l'être humain abordées par la psychosynthèse. Au centre le "je" personnel siège de l'identité et de la volition avec autour le champ de la conscience et le préconscient ou inconscient moyen, ces deux instances représentant les fluctuations de l'état de veille. En bas : le champ de l'inconscient pulsionnel ou instinctif ou inconscient inférieur, au dessus le champ de l'inconscient supérieur ou supra conscient intuitionné par le Soi transpersonnel qui rayonne et tout autour l'inconscient collectif, terme employé en référence à Jung.

#### le schéma de la personnalité en Psychosynthèse

