

La névrose ou les origines du comportement

PLAN DU CHAPITRE

- L'inconscient
- Les incidents de frontière et les transfuges
 - Le rêve ou le cauchemar
 - Les lapsus et les actes manqués
 - Les symptômes fonctionnels ou les affections psychosomatiques
- Danse sur un volcan...

On associe fréquemment la question des personnalités difficiles à un vocable très particulier dont la signification reste obscure. Un proche, vaguement familier de la planète « psy », vous aura ainsi prévenu : « Dis-toi bien que nous sommes tous **névrosés**. » Certes, cela peut s'entendre comme une façon vaguement prétentieuse, car affectée, de dire que chacun est différent. Pourtant, le terme est autre chose que simplement pédant, parce qu'il sonne comme une maladie, sa terminaison en « -ose » lui faisant prendre place au milieu d'une longue série de douleurs ainsi nommées : tuberculose, cirrhose, cyphose, lordose et « machin chose »... Ce n'est donc pas un terme sympathique : il renverrait à une certaine forme d'affection des NERFS (névrose), dont on sait qu'il suffit qu'ils soient « en pelote », « à bout » ou « à vif » pour devenir douloureux. Le terme nous intéresse parce que sa proximité avec les personnalités difficiles semble déjà longuement connue et utilisée, par exemple par des couples qui n'hésitent pas à régler l'épineuse question de la soirée de Noël par cette réplique définitive : « Nous irons chez mes parents, parce que ta mère est vraiment trop névrosée ! », la formule pouvant faire l'objet de nombreuses variantes. Ainsi, sans être franchement injurieux le terme « névrose » semble bel et bien péjoratif. La question de sa véritable signification reste cependant. Donnons-en une ici, qui a le mérite d'être rapide : **être névrosé(e), c'est avoir un inconscient** (figure 1.1).

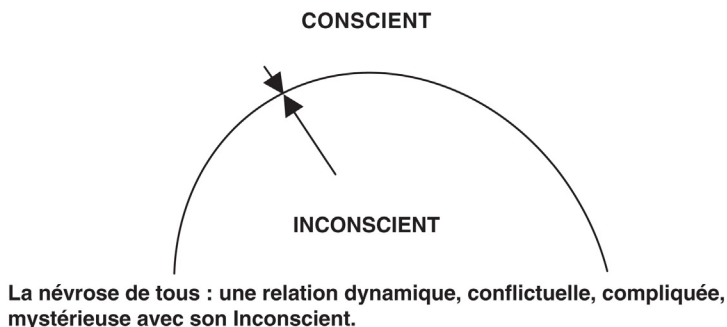


Figure 1.1. La névrose, c'est simplement avoir un inconscient.

On comprend alors l'astuce sémantique qui donne l'explication de l'universalité de la névrose. Tout le monde est pourvu d'un inconscient, donc tout le monde est supposé névrosé. La névrose relèverait simplement de la vision particulière **d'une relation dynamique, conflictuelle, compliquée, non immédiate et mystérieuse avec son inconscient.**

Allons ici doucement. Le lecteur simplement soucieux de régler la question des personnalités difficiles au travail pourrait hésiter à aller plus avant en voyant se profiler ici les concepts de la psychanalyse. Cette théorie associe dans l'esprit du public des connotations de complexité, d'ésotérisme, d'intellectualisme et parfois d'inefficacité (dont les psychanalystes eux-mêmes sont parfois l'origine) dans lesquelles l'idéologie est présente¹. Je vais donc dans ce chapitre présenter et justifier rapidement quelques éléments de l'hypothèse psychanalytique² pour montrer qu'elle est sans doute, aujourd'hui encore, le **modèle le plus simple et le plus efficace** pour atteindre le but que nous nous sommes fixés.

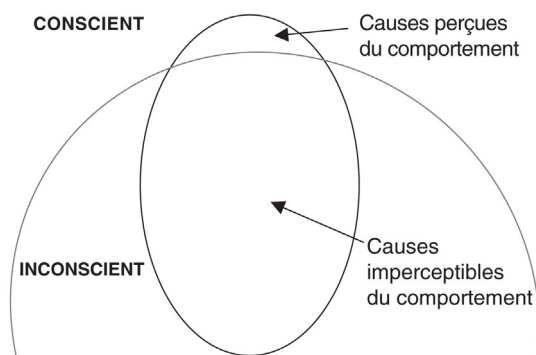
Ainsi, le pari est proposé qu'après avoir lu ce livre de référence analytique, tout lecteur un peu attentif pourra comprendre, agir et gérer très correctement les événements créés par des personnalités dites « difficiles ».

L'inconscient

Les psychanalystes proposent explicitement une vision très particulière du comportement humain. Ainsi, sans rire, et « bien droit dans ses bottes », un psychanalyste pourrait soutenir cette idée étrange : « 80 % des véritables raisons de

1 Voir à ce sujet le débat autour de l'ouvrage *Le livre noir de la psychanalyse : vivre, penser et aller mieux sans Freud* de Catherine Mayer et al., éditions Les Arènes, 2010 et la dernière publication de Michel Onfray, *Le crépuscule d'une idole*. Le Livre de Poche ; 2011.

2 Je dis l'hypothèse et non toute la théorie historiquement comprise entre les premiers articles de Freud et les productions récentes des exégètes lacaniens.



Au moins 80 % des raisons de notre comportement nous échappent.

Figure 1.2. De 80 à 95 % des véritables raisons de notre comportement nous échappent.

notre comportement nous échappent. En toute logique, seulement 20 % de ces raisons nous sont accessibles » (figure 1.2).

Cette affirmation paraît éhontée, gratuite, et surtout sans aucune correspondance avec le vécu intuitif que nous pouvons éprouver au cours de notre vie. En effet, dans une grande majorité de cas, nous percevons la nécessité, prouvée par les résultats, de l'ordre **justifié, conscient et rationnel** de nos décisions. Notre apprentissage et notre éducation ont d'ailleurs permis de faire apparaître et de confirmer l'obligation d'une conscience de plus en plus active et complète de la **rationalité** (même limitée) de nos agissements. Les progrès de la culture humaine ont imposé cette route de la raison pour sortir de la sauvagerie initiale et ignorante, et atteindre les admirables dentelles de la pensée qu'exhibent les intellectuels et les scientifiques. Bien sûr, malgré **ces élaborations et découvertes construites en toute conscience**, nous ne savons toujours pas pourquoi nous continuons à faire la guerre ou à nous tripoter nerveusement le lobe de l'oreille en lisant le journal, mais presque toujours nous savons quand même pour quelle raison, déductible et vérifiable, nous partons acheter du pain. N'est-ce pas ?

Deux remarques sont ainsi à faire :

■ la première remarque est une révélation. Quand un psychanalyste énonce ainsi que 80 % des raisons de nos comportements nous échappent, c'est tout simplement pour ne pas « effrayer le bourgeois ». En fait, il pense (au moins) 95 % ! Son expérience personnelle, puis professionnelle, de la psychanalyse lui a montré depuis longtemps que toute cause apparemment accessible et justifiable d'une conduite est soutenue par un si incommensurable **empilement de raisons archaïques, primaires, fondamentales**, puis un si complexe **réseau de motifs antérieurs, passés, initiaux**, auxquels il faut ajouter un incroyable **processus**

de transformations et dissimulations des sources réelles, que c'est par pure compassion pour la candeur sympathique de ses interlocuteurs qu'il atténue ainsi l'expression de ses convictions ;

■ la seconde remarque ajuste la véritable portée du constat précédent : **tout cela n'a aucune importance !** Pour la simple raison que pour 100 % d'entre nous, 100 % des raisons de nos comportements sont situées dans les 20 % supposés restants, ou les 5 % si on respecte la conviction étrange du psychanalyste. Bien sûr, tout cela n'a rien de réellement mesurable sous forme de pourcentages. Le propos pseudo-mathématique n'a qu'une visée pédagogique et tente de fixer par là l'ordre de grandeur d'une certaine conception des conduites humaines. La conclusion plus qualitative de ces remarques chiffrées se formule ainsi : nous partageons tous un **constat d'évidence parfaitement illusoire** : « Nous sommes des gens sérieux qui savons ce que nous faisons. » C'est faux, bien sûr. Mais, même si nous sommes confrontés à l'impossibilité de saisir les raisons profondes de nos conduites, il reste bien que, depuis des millions d'années, le monde humain roule, se déroule et s'écoule dans cette dimension d'ignorance (quasi) absolue.

Les progrès scientifiques majeurs, apparus avec le xx^e siècle, auraient pu nous laisser imaginer, comme une possible consolation, qu'en cas de besoin, de nouveaux types de professionnels, les « psys », pourraient se promener au cœur de l'inconscient de chacun, « aussi facilement que le commandant Cousteau dans le monde du silence ». Ces experts sont supposés pouvoir, si besoin, décrire les bizarreries et débusquer les éventuelles monstruosité de nos grands fonds. Espoir déçu. Cela est impossible. Les psychanalystes n'explorent ni ne visitent les inconscients de leurs patients. Ils sont incapables d'y avoir accès, pour une personne donnée, autrement qu'en l'aidant à en inférer ou reconstruire, c'est-à-dire supposer, les contenus. De la même façon, aucun « psy » n'est capable de nommer le contenu de son propre inconscient. L'inconscient d'un psychanalyste est aussi inconscient que celui des autres. En aurait-il été autrement que preuve était faite que l'inconscient « n'était pas si inconscient que ça » et que finalement, il n'y avait même plus besoin de psychanalystes !

Cependant, il y a bien une raison particulière qui justifie la présence de ce spécialiste : il peut rendre compte des **conséquences** de la **coupure surgie entre l'homme et lui-même**, induite par la limite entre conscient et inconscient. Alors apparaît la plus-value possible des « psys » de l'inconscient : s'ils ne peuvent certes pas explorer l'inconscient, par nature inaccessible, ils peuvent par contre témoigner des phénomènes qui **se produisent dans la zone frontière entre l'inconscient mystérieux et la conscience vigile**. C'est une tâche plus accessible, même si elle n'a jamais rien d'aisé. On découvre ainsi que la vraie fonction du psychanalyste est d'être observateur aux frontières plutôt qu'explorateur de l'inconnu, c'est un genre de douanier, plutôt qu'un plongeur, mais il peut rendre compte, grâce à sa formation particulière, de toutes sortes d'**incidents de frontière**.

Les incidents de frontière et les transfuges

À la frontière entre conscient et inconscient, en effet, des surgissements incongrus ou étonnants posent quelques questions. Ils laissent entrevoir un ailleurs de la conscience, provoquant au passage les réactions ordinaires liées à la présence de transfuges : ignorance, étonnement, déni puis crainte, méfiance, rejet.

Ces transfuges sont assez communs d'ailleurs, tout le monde les connaît ou en a entendu parler. Ils sont de trois types : rêves et cauchemars, lapsus et actes manqués, symptômes ou affections psychosomatiques (figure 1.3).

Le rêve ou le cauchemar

Profitant, pour surgir, du relâchement de la conscience morale durant le sommeil, le rêve est le plus connu des transfuges du monde inconscient. La plupart de ses composants, ou l'intégralité de son contenu, sont reconduits à la frontière séance tenante, c'est-à-dire oubliés dès le réveil. Si les rêves demeurent présents à la conscience, gagnent un statut de citoyen reconnu et s'intègrent, cela signale qu'ils se sont transformés, rendus acceptables, voire déguisés, perdant quasiment tout accent de leur pays d'origine. Cette version du rêve, élaborée et reconstruite sous la forme du « récit de rêve », est la seule forme à disposition des protagonistes d'un travail de psychanalyse sur le rêve, même si des alternatives plus ou moins proches existent (dessins, rêve éveillé dirigé...).

Les lapsus et les actes manqués

Les lapsus sont très connus également. L'effet le plus courant du lapsus est de provoquer le rire, surtout quand son contenu ambigu et sexuel est, si possible, médiatisé. Les hommes politiques les craignent pour cette raison. Les actes manqués,

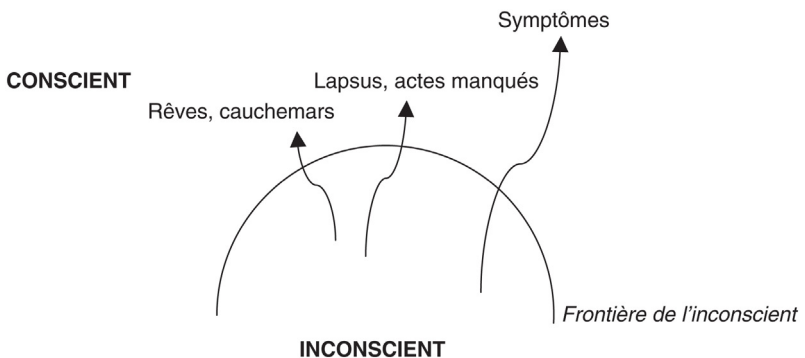


Figure 1.3. Les transfuges de l'inconscient : une zone frontière et des transfuges.

eux, sont agaçants essentiellement parce qu'ils donnent toujours envie de se justifier sous la forme « je ne l'ai pas fait exprès ! », qui est justement le côté gênant de leur nature. Les uns et les autres sont la preuve que des éléments transfuges de la zone inconsciente cherchent à apparaître au-dehors par tous les moyens possibles. Il est admis assez facilement aujourd'hui que les lapsus sont « significatifs » de « quelque chose » et relèvent d'une cause non immédiatement accessible.

Les symptômes fonctionnels ou les affections psychosomatiques

Étonnamment, ce sont les symptômes somatiques qui paraissent le moins évidemment inconscients et provoquent les dénégations les plus importantes. Face à des phobies, des angoisses, des dysfonctionnements physiques devenus gênants, on recueille souvent des réponses d'étonnement incrédule – « ce n'est pas du tout mon genre », « ça ne me ressemble pas », « je ne vois pas du tout d'où ça peut venir », « c'est médical », « ça m'échappe complètement » – qui ne font que confirmer ce qui est dénié. De fait, la gêne occasionnée par des symptômes est importante, l'angoisse suscitée par les troubles psychosomatiques est vite envahissante. Cela peut justifier un déni plus important que pour d'« amusants » lapsus ou des rêves « innocents ».

Mais pour tout un chacun, l'évidence apparaît à travers la présence des « transfuges » cités : des parts entières de notre comportement peuvent effectivement nous échapper, visiblement. En ce qui concerne les symptômes, parce qu'ils sont réellement gênants, cette distance apparaît plus clairement. Dans ce cas, l'hypothèse psychanalytique de l'inconscient apparaît comme un concept réellement utile et non comme le résultat plus ou moins fumeux d'une théorie depuis longtemps passée de mode.

De cette conception des choses, nous allons retenir deux nouvelles essentielles, une bonne et une mauvaise. La mauvaise nouvelle est déjà citée : on n'a pas d'accès direct à l'inconscient, le domaine restera quasi définitivement inaccessible. La bonne nouvelle, c'est la présence de cette dimension inconsciente comme signe d'une source extrêmement importante d'**énergie**. Cette énergie aboutit à l'énergie psychique, celle qui contient la force et le désir d'exister.

Danse sur un volcan...

Sous-jacent à l'hypothèse psychanalytique, le modèle du comportement humain ne peut être compris qu'en le **référant à l'énergie inconsciente**. Un peu comme un personnage se trouvant sur un volcan dont la puissance s'exprimerait par toutes sortes de surgissements, de multiples micro-éruptions sur ses flancs. À chaque fois, le personnage doit poser le pied sur ces explosions pour qu'elles ne

tournent pas à la catastrophe. Avec l'habitude, cette façon de **compenser** les multiples jaillissements, en passant de l'un à l'autre, devient intégrée et quasiment une sorte de danse dont la raison originare de rétentio n disparaît bientôt pour devenir un but en soi. Cette danse qui oublie sa raison d'être du début se nomme « **le comportement** ». Ce dernier correspondrait bien alors, dans cette façon de voir, à la formule fameuse, bien connue des hommes politiques : « Puisque ces choses nous dépassent, feignons d'en être les organisateurs. » Sur le volcan, j'oublie que mes mouvements ne visent qu'à limiter des risques permanents d'éruption et je nomme cela « la danse ». Je prétends alors que j'en suis le seul auteur ou inventeur et que mes pas ne suivent que ceux de ma volonté propre, ce qui est une illusion, car en réalité « je ne sais pas ce que je fais, ni pourquoi ».

Le comportement, c'est « danse sur un volcan ».

Imaginons que pour un autre personnage placé dans la même situation volcanique, le pied ripe et rate une des éruptions débutantes. La danse élégante et apparemment naturelle qui était symbole de son comportement normal va perdre alors toute espèce de grâce et s'apparenter à l'attitude de celui qui tente, par tous les moyens, de procéder à de multiples manœuvres, agaçantes ou ridicules, pour empêcher une éruption. De ce maladroit, nous autres, danseurs corrects, pourrons nous moquer : « Mon Dieu, qu'il danse mal sur son volcan, ce doit être une "PERSONNALITÉ DIFFICILE". »

Ce rappel imagé d'une des hypothèses fondamentales de la psychanalyse ne doit nous servir qu'à une seule chose : commencer à avoir une idée de ce qu'est un comportement selon cette approche. C'est un mouvement réactif, plutôt que volontaire, face à une dimension énergétique ignorée, et qui construit la fiction de la volonté consciente pour justifier *a posteriori*, par une raison raisonnable, un comportement lié, avant tout, à un fonctionnement inconscient. Cela préservera l'illusion exprimée ainsi : « j'ai fait cela, parce que je le voulais » ou, au mieux, « c'est exactement ce que je voulais faire, parce que j'en avais envie ».

Cette hypothèse une fois posée, nous allons la laisser là, sans même chercher à nous en souvenir. L'idée reviendra si elle doit revenir. C'est une hypothèse de fond qui va assurer le sens particulier de toute la suite développée dans le livre. Sans le savoir, le lecteur a maintenant à sa disposition la clé de compréhension essentielle pour aller jusqu'au bout de la compréhension des personnalités difficiles, au moins celles de quelques personnes particulières qu'il est susceptible de croiser dans le monde professionnel.