



15, Bd des Philosophes **GENÈVE** Téléphone : 5 25 53

Rédacteur en chef : Dr LÉON WEBER-BAULER

Rédacteur de méd. dentaire : Dr h. c. René Jaccard

Rédacteur responsable : Dr Hermann Brandt



Psychothérapie médicale et non médicale

Le point de vue de la psychanalyse ¹

par le Dr **Henri FLOURNOY**

Chargé de cours à la Faculté de médecine de Genève

Selon Freud les processus mentaux dépendent de tendances instinctives d'origine inconsciente et de source organique auxquelles il a donné le nom de *Triebe* (pulsions). La doctrine psychanalytique est donc inconcevable en dehors du fonctionnement physiologique de l'organisme.

Psychanalyse et physiologie

Dès ses premières recherches dans des cas de névroses Freud avait constaté l'importance des troubles de l'instinct sexuel. Aussi fut-il amené à esquisser, déjà en 1905 (*Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*), une théorie chimique. En même temps il faisait observer qu'on surestime en général le rôle qu'exercent les glandes génitales sur les phénomènes d'excitation sexuelle,

¹ Communication faite au Congrès de la Société suisse de psychologie et de psychologie appliquée, à Fribourg, le 18 mai 1946.

car ceux-ci persistent parfois après la castration; en outre ils dépendent d'autres glandes à sécrétion interne, comme la thyroïde, capables de stimuler les organes de la reproduction ou leurs centres nerveux. Cette manière de voir donnait déjà une base très large à la notion de sexualité telle que l'entend Freud, notion beaucoup plus étendue que celle de génitalité.

Les découvertes physiologiques si importantes qui se sont succédé ces dernières années sur les sécrétions internes, les hormones et les relations réciproques des glandes endocrines, et sur l'influence que ces glandes exercent sur l'activité psychique — toutes ces découvertes sont venues confirmer la théorie chimique que Freud avait avancée à titre d'hypothèse voici bientôt un demi-siècle.

Dans cette même publication le neurologue viennois décrivait aussi les autres sources somatiques, non endocriniennes, de la sexualité, celles qui jouent notamment un grand rôle dans les phases pré-génitales infantiles. Par exemple les excitations périphériques de régions cutanées qu'il appela « zones érogènes », et les impressions érotiques provenant de sensations visuelles, musculaires, caloriques, douloureuses, etc.

Ce rapide coup d'œil montre combien une telle doctrine est prête, par l'importance qu'elle attache aux pulsions instinctives, à tenir compte des données somatiques fournies par la médecine moderne. Signalons entre autres les rapprochements si instructifs, les *concordances*, qu'on peut déjà entrevoir entre certains processus de psychologie dynamique décrits par Freud — refoulements, résistances, déplacements, condensations, etc. — et les acquisitions expérimentales les plus récentes sur les phénomènes dynamiques du système nerveux, notamment les réflexes conditionnés de Pavlov, les chronaxies, et le fonctionnement des « centres » cérébraux de la vie végétative, instinctive et émotionnelle. Au sujet de ces concordances, je renvoie à un article que j'ai intitulé « *Organicité dynamique* ». (*Rev. méd. Suisse rom.*, 25 avril 1939.)

En contradiction apparente avec la base physiologique et corporelle de la doctrine de Freud, il faut noter le caractère essentiellement psychologique de la technique employée. La psychanalyse est bien une *psycho*-thérapie. Il y a donc contraste. Mais on ne trouve aucune contradiction réelle, si l'on garde présent à l'esprit un autre fait, qui lui aussi peut être prouvé par des expériences de laboratoire, soit l'influence qui s'exerce en sens inverse, celle de l'attitude psychique, des représentations mentales, sur les sécrétions glandulaires et les fonctions végétatives. « L'attitude psychique, comme le dit si justement Kretschmer dans sa *Psychologie médicale*, n'est donc pas quelque chose d'extérieur se surajoutant à la maladie physique, mais se trouve souvent impliquée, à titre de force composante, dans cette maladie même. »

C'est grâce à une technique tout à fait originale et nouvelle — celle des associations libres — qui n'est ni une confession ni un interrogatoire, que Freud est arrivé à reconstituer la genèse et l'évolution des tendances instinctives en remontant jusqu'à leurs *stades infantiles*. Il a accompli ainsi une œuvre de psychologue-généticien et surtout d'explorateur de l'inconscient. Car certains faits qu'il a découverts, par exemple ceux qui se rattachent au complexe d'Œdipe, au complexe de castration, aux phénomènes de transfert affectif, pour n'en citer que trois parmi les principaux — de tels faits n'apparaissent pas à la pleine conscience du sujet lui-même, mais s'expriment à son insu sous formes symboliques dans ses rêves, ses fantaisies, ses actes manqués, ses jeux s'il s'agit d'enfants.

La « métapsychologie » freudienne

A côté de ces faits d'observation révélés par la méthode psychanalytique, Freud a dû recourir à un certain nombre d'hypothèses qui forment ce qu'il a désigné lui-même du nom de « métapsychologie »; mais de nombreuses recherches ultérieures en montrent le bien-fondé et

en augmentent, si je puis dire, le coefficient de réalité. Par exemple l'hypothèse sur la structure de l'*appareil psychique*, lequel serait composé de trois instances. Ce sont : d'abord l'ensemble des pulsions primitives d'origine interne (*Es*), régies par le principe de plaisir et l'automatisme de répétition; puis le moi (*Ich*), qui comprend les fonctions de perception, de motilité volontaire, d'élaboration rationnelle et d'adaptation au monde extérieur selon le principe de réalité; enfin le surmoi (*Ueber-Ich*), dû à une identification avec les parents et dont le rôle est comparable à celui d'un censeur moral. Si telle ou telle de ces trois instances, qui se développent dès les premières années selon un enchaînement génétique, prend une importance excessive au préjudice des deux autres, il en résulte un déséquilibre qui se traduit par ces symptômes si fréquents : hypertrophie du moi ou narcissisme, surtout dans les psychoses, angoisses, obsessions, sentiments de culpabilité, besoin d'auto-punition dans les névroses.

L'analyse, en mettant en lumière les accrocs au cours du développement, les points de régression et de fixations malencontreuses, tend, par cette prise de conscience, à rendre possible une *libération* et une meilleure répartition de l'énergie entre les trois instances, et à faire de la personnalité totale un ensemble bien équilibré. N'oublions pas que si l'analyse en soi peut constituer un but pour la recherche scientifique, elle n'est qu'un moyen au point de vue thérapeutique; mais l'un des plus précieux moyens que l'on connaisse pour dégager l'énergie entravée, la mobiliser et faciliter ainsi un harmonieux épanouissement de la personnalité.

La notion de la libido

Cette notion d'énergie, dont il semble qu'aucune science ne puisse se passer aujourd'hui, reçoit souvent dans la nomenclature freudienne le nom de *libido*. Nous parlons de déplacements de la libido, de fixations libidinales, etc. Or il

convient de remarquer que ce mot ne s'applique qu'à l'énergie de l'un des groupes de pulsions, celles qui dépendent de l'instinct sexuel. Vous savez que les instincts — ces forces biologiques qui nous « poussent » (pulsions) et que nous éprouvons subjectivement sous la forme de tendances, de désirs à satisfaire — ont été l'objet de la part des psychologues de classifications très diverses. Les uns admettent un nombre plus ou moins grand de ces tendances fondamentales, séparées et distinctes, alors que les autres les ramènent toutes à un faisceau primordial et unique qui s'est différencié dans la suite. Quant à Freud, il a toujours tenu pour la *dualité* de nos pulsions instinctives, dont les unes sont sexuelles tandis que les autres ne le sont pas. Au sujet de ces dernières son opinion a varié : après avoir parlé d'instinct du moi, ou de conservation individuelle, d'instinct agressif, il a admis, ce qui peut paraître paradoxal à première vue, un véritable instinct de mort.

La classification des instincts en un, deux, ou plusieurs groupes, aura toujours quelque chose d'arbitraire. Et l'on sera peut-être surpris que les psychanalystes freudiens ne reconnaissent en définitive que deux grands groupes, et que cela suffise pour rendre compte des innombrables nuances et variétés que révèlent les penchants, les désirs et réactions de l'être humain. Mais il importe de faire remarquer que l'un de ces groupes à lui seul, celui de la sphère sexuelle, doit être pris dans le sens le plus extensif de cette expression.

Comme j'y ai déjà fait allusion plus haut, Freud, homme de science, n'a pas confondu (ce qui arrive trop souvent dans le langage populaire) les mots « sexuel » et « génital ». Tandis que ce dernier vocable a une signification très précise, anatomique même, le mot de *sexualité* englobe — conformément à son exacte étymologie — tout ce qui concerne le sexe. C'est une notion infiniment plus vaste, riche et abondante en significations psychologiques de tous genres, et qui répond fort bien à la multiple variété

des réactions instinctives, affectives et sentimentales dont est capable l'être humain. Lorsque nous disons le sexe fort, le beau sexe, nous désignons par là tout un ensemble de particularités, de traits de caractère, de qualités morales tout autant que physiques. Nous employons le terme dans son sens large, vrai et correct, qui est celui qu'entend Freud. Mais Freud, et nous de même quand nous parlons comme médecins, nous savons que la signification de ce mot — qu'il s'agisse du sexe fort, du beau sexe, ou des deux sexes — s'étend nécessairement aussi à des données anatomiques et physiologiques dont nous ne pouvons pas ignorer l'importance.

Champ d'action de la psychanalyse

Ce petit aperçu, si sommaire soit-il, est du moins suffisant pour faire ressortir d'emblée le caractère biologique et médical de la psychanalyse. Rien d'étonnant à cela, puisque Freud a poursuivi ses recherches au contact direct des malades, avec la préoccupation première de les délivrer de leurs souffrances.

Tout d'abord moyen *thérapeutique* et procédé d'*exploration*, d'ailleurs très différent de ceux qu'on utilisait avant lui, la méthode de Freud a permis de découvrir une quantité de processus et d'enchaînements de faits relatifs à l'évolution des instincts et de la vie affective, aussi bien à l'état normal que dans des états nerveux fonctionnels. En outre, elle a rendu intelligibles certains mécanismes qui se déroulent dans des maladies mentales proprement dites, par exemple la démence précoce, comme l'ont montré Bleuler et Jung. À cet égard elle intéresse directement la psychiatrie.

Mais il y a plus. En coordonnant toutes ses constatations, — y compris les plus récentes sur les analyses dites « de caractère », Freud a édifié peu à peu une théorie générale de l'activité psychique, ce qui permet de considérer la psychanalyse non seulement comme une psychothérapie mais comme une *science psychologique*.

Si nous voulons définir cette nouvelle discipline par rapport aux autres courants de la psychologie, nous dirons, selon les termes même de Freud, que c'est la science de l'*inconscient psychique*. Et il ajoutait, se rendant compte des limites de sa découverte : « Il est rare que cette science puisse, à elle seule, élucider complètement un problème; mais elle paraît appelée à fournir, dans les branches les plus diverses du savoir humain, d'importantes contributions. »

C'est en effet un curieux spectacle de voir que la psychanalyse continue sans cesse à apporter sa contribution originale et inattendue dans les champs d'étude les plus variés : pédagogie, psychologie des foules, histoire des religions, mythologie, folklore, ethnographie, créations artistiques, biographies d'hommes célèbres. (Dans un article de la *Semaine Littéraire*, le 6 mars 1943, j'ai tâché de dissiper les malentendus que suscite parfois l'étude psychanalytique de grands écrivains d'après leurs œuvres, par exemple l'*Edgar Poe* de Marie Bonaparte.)

Eh bien, pour toutes ces applications extramédicales si nombreuses, quel peut bien être le dénominateur commun grâce auquel la doctrine de Freud est en mesure de les éclairer d'un jour nouveau? C'est précisément le rôle de l'inconscient. Sans doute les philosophes et les psychologues en parlaient déjà autrefois. Mais le génie de Freud a été de mettre les manifestations de cet inconscient, ses lois propres, ses racines infantiles, à la portée d'une exploration méthodique. Et si l'inconscient en soi est insaisissable, comme le sont tant d'autres notions fondamentales des sciences — et si nous pouvons le considérer comme tout à fait étranger aux phénomènes physico-chimiques et de valeur explicative nulle dans ce domaine — nous retrouvons par contre ses effets dans les démarches les plus variées de l'esprit humain. Telle est la signification capitale de l'inconscient en psychologie; ici cette notion est devenue indispensable.

La psychanalyse en tant que science

Malgré son caractère en partie spéculatif, la psychanalyse ne doit pas être prise pour un système philosophique, même dans ce qu'elle a de plus général. C'est bien une science, sinon expérimentale comme le sont d'autres courants de la psychologie, du moins *empirique* dans le vrai sens du mot; car elle cherche ses points d'appui et de contrôle dans des faits constatés et réels. Une seule séance d'analyse bien conduite représente une heure d'observations multiples qui finissent pas constituer à la longue, pour chaque cas individuel, une masse de données positives. Science inductive, qui va des faits particuliers aux conclusions générales et qui s'efforce, dans ses tentatives d'explication, de ramener les faits les plus complexes à d'autres faits mieux connus, plus élémentaires et plus simples. On suit la même voie, ici, que dans toute recherche scientifique.

Il ne faut pas vouloir trouver dans la psychanalyse une philosophie. Sans doute est-il arrivé à Freud lui-même, ce qui ne surprend pas pour un penseur de son envergure, de s'aventurer parfois sur un terrain qui n'est plus celui du biologiste. Ainsi, dans son ouvrage sur l'*Avenir d'une Illusion* il expose avec une grande franchise ce qu'il pense de la religion. Mais il est d'autant plus instructif de noter que ce chercheur infatigable et incrédule, qui n'a cessé de faire pénétrer son regard dans le règne obscur et tourmenté des instincts et qui a reconnu leur puissance dominatrice, n'a cependant pas mis en doute la primauté de l'intelligence et la possibilité de sa victoire finale sur les instincts. Et loin de se rallier à un idéal matérialiste, Freud déclare dans le même ouvrage que le dieu *Logos* qui inspire tout travail scientifique — donc la psychanalyse — poursuivra le même but que le Dieu des chrétiens, « la fraternité humaine et la diminution de la souffrance... » « Nous sommes en droit de dire, continue-t-il, que notre antagonisme n'est que temporaire et nullement irréductible. »

En réalité la psychanalyse peut, précisément parce qu'elle est une doctrine scientifique, être comprise et acceptée par les esprits ouverts doués du sens critique le plus aigu, quelles que soient leur attitude personnelle en matière philosophique ou leurs convictions religieuses. Il existe en fait des psychanalystes israélites, protestants, catholiques, libres-penseurs, et les applications techniques de la méthode ne demandent, cela va de soi, aucune confession de foi particulière. Je connais des croyants sincères dont la conscience religieuse s'est fortifiée par le traitement psychanalytique, car il les a aidés à se libérer de certaines entraves inconscientes dont ils restaient malgré eux prisonniers.

Psychanalyse et psychothérapie

Après cette brève digression du côté philosophique et religieux revenons pour finir à la *psychothérapie*. Ce mot, dont l'exacte définition est malaisée, couvre des procédés très différents les uns des autres. Mais tous, si je ne fais erreur, ont un idéal suprême qui leur est commun : l'épanouissement de la personnalité dans la collectivité. Les psychothérapies voisinent donc avec l'éducation et avec l'hygiène mentale — ces deux domaines si étendus sur lesquels la doctrine de Freud a d'ailleurs jeté déjà tant de lumières nouvelles. Car la psychanalyse, discipline autonome dans le courant si large des sciences psychologiques, est beaucoup plus, comme on vient de le voir, qu'une méthode de traitement. C'est une science ; à ce titre elle dépasse le cadre de la pratique médicale.

En revanche, elle ne peut pas monopoliser tout le champ de la psychothérapie ; car des difficultés diverses, contre-indications médicales ou obstacles pratiques, peuvent en gêner l'emploi. Dans ces cas-là, rien n'empêchera de recourir à des méthodes plus simples et souvent plus expéditives, d'inspiration religieuse ou non, des rééducations, des directions. Mais si l'on a le choix et lorsque c'est possible, j'estime

personnellement qu'une libération, qui respecte les forces individuelles dans leur originalité propre et leur laisse prendre leur essor, est préférable à une direction, si excellente soit-elle.

Quant aux méthodes très élaborées qui reposent sur des doctrines psychologiques issues de celle de Freud, mais qui ont suivi leur chemin à elles dans la suite — je pense surtout à l'école de Jung — leur position à l'égard de la psychanalyse orthodoxe n'implique à mon avis aucune scission absolue. Sans doute on tient, dans la doctrine freudienne, à rester sur un terrain aussi strictement biologique que possible; mais le fait même qu'on s'efforce de délier les entraves inconscientes a pour corollaire de laisser la personnalité affranchie s'épanouir, trouver elle-même sa nourriture affective, philosophique et religieuse dans la mesure et sous la forme où cela lui convient, et se forger elle-même son idéal pour l'avenir.

C'est sur ces derniers points que le psychanalyste orthodoxe observe une grande réserve, au risque d'encourir le reproche de ne prendre en considération que le passé du malade et de s'abstenir d'une action constructive. Or sa réserve se justifie par les nécessités techniques de l'analyse, grâce à laquelle le sujet parviendra à utiliser librement lui-même — en vue d'une construction, d'une action créatrice — les énergies dont il dispose. Mais le psychanalyste est tout prêt à reconnaître l'intérêt, l'originalité, et la valeur souvent stimulante de conceptions philosophiques et culturelles — de *Weltanschauungen* — qui diffèrent de la sienne.

Il n'ignore pas non plus le rôle direct que joue sa propre personnalité, ni l'importance du rapport toujours nouveau et chaque fois unique en son genre — rapport essentiellement individuel, disons « existentiel » — qui s'établit forcément entre le psychothérapeute et chacun de ceux qui se confient à lui.

Conclusions

J'ai terminé ce petit tableau de la psychanalyse freudienne qu'on m'avait chargé d'esquisser dans ce court laps de temps. Il me reste à dire deux mots relatifs à la question de la psychothérapie médicale et non médicale. Ce sera très bref, car il s'agit en quelque sorte d'une conclusion qui découle tout naturellement de l'exposé qui précède et de la nature si riche et multiple de la doctrine de Freud.

Les psychanalystes demandent que ceux qui ont l'intention de *pratiquer* la méthode, qu'ils soient médecins ou non, se gardent de le faire avant de s'être soumis d'abord à une formation spéciale très approfondie avec analyse didactique — formation qui n'est pas prévue dans les programmes des facultés de médecine et qu'on peut acquérir encore bien moins tout seul par des lectures ou des conversations. Les Instituts psychanalytiques de Vienne, Berlin, Londres, Paris, fournissaient les possibilités voulues pour ces études; souhaitons qu'ils ne tardent pas à reprendre leur activité interrompue pendant la guerre. Chez nous, c'est la *Société suisse de psychanalyse* qui donne le ton. Mais comme nous n'avons pas d'institut, tout doit se faire par arrangements personnels, ce qui n'est pas toujours facile et qui est sans doute moins commode que si l'on avait une organisation aménagée *ad hoc*.

L'essentiel pour le psychanalyste, ce n'est donc pas d'être médecin ou non — tant mieux qu'il le soit ! — c'est d'avoir passé par une filière qui le prépare vraiment pour son travail. S'il n'est pas médecin, la formation spéciale qu'on lui impose lui apprendra du même coup les limites dans lesquelles il doit se tenir et les exigences d'un contrôle médical.