

## Des nouvelles de “ l'immonde ” 5

**Claude Léger**

### **Du retour de l'empathie**

Je dois faire amende honorable pour avoir vilipendé, parfois en m'en gaussant, cette institution publique, sérieuse et scientifique qu'est l'INSERM. Par chance, elle a ses nobles défenseurs qui, contre vents et marées, se démènent pour en vanter la probité, malgré certains détracteurs tonitruants, à côté desquels mon tapage reste bien modeste.

On a dit pis que pendre du Docteur Jean Cottraux, responsable de l'Unité de traitement de l'anxiété à l'Hôpital neurologique de Lyon. Dans un entretien récent <sup>1</sup>, il s'est vu contraint de justifier, - encore que de façon très mesurée, lui qui fut l'un des auteurs les plus virulents du *Livre noir de la Psychanalyse* - les conditions scientifiques dans lesquelles avait été conduite la fameuse expertise collective sur les psychothérapies. L'éminent TCCiste rappelle « qu'un comité d'experts indépendants s'est réuni pendant un an et demi, de mai 2002 à décembre 2003. Les huit experts venaient d'horizons différents, six ayant été psychanalysés, un était psychanalyste lacanien. Le président de l'IPA, le Pr Widlöcher, a été entendu... ». Entendu ? Comme témoin à charge ou à décharge ? Se serait-il entendu, en toute indépendance, avec les « repentis » ? Comment imputer à cette expertise, dont les conclusions disqualifiaient la psychanalyse à une large majorité des dits experts, le moindre préjugé ?

Mais, le Docteur Cottraux est bon prince. Il faut dire que, depuis lors, des eaux tumultueuses ont coulé sous les ponts et en ont même fait trembler les piles. Aussi, on se donne un mal de chien, du côté des TCC, pour démonter l'imputation qui leur est faite d'être des outils de pure suggestion. On va donc chercher une légitimité à ces thérapies en leur dégot-

1 - Toutes les citations sont tirées de « Entretien avec Jean Cottraux : *Perspectives actuelles dans les thérapies comportementales et cognitives*, PSN (Psychiatrie, Sciences humaines, Neurosciences), vol. 5, n°1, février 2007, p. 8-13.

tant un père fondateur de taille. Eh bien, Jean Cottraux l'a trouvé en la personne du Professeur Pierre Janet « dont les travaux (1889) sur l'inconscient et le traumatisme, antérieurs aux premiers travaux de Freud (1895), sont encore sous-estimés : Janet est en fait le père « forclos » (sic) de la psychothérapie moderne »<sup>2</sup>. Cottraux fait son retour à Janet : « Les histoires de cas de Janet ne sont pas « embellies » ou mythifiées, comme celles de Freud ; on peut donc les relire avec un œil clinique actuel. »

Ces relectures doivent sans doute lui permettre d'aiguiser son œil « pour manier par paliers successifs et acceptables la réintégration des émotions ». Voilà le grand mot lâché : les émotions ! Pour que le patient puisse les modifier, il faut « l'alliance thérapeutique » dont le principe est quand même dû à Freud (1913). Cette « alliance » suppose la sympathie et ouvre la voie à l'empathie plutôt qu'à cette détestable relation transférentielle « qui aboutit à une triple régression... » dont le divan constitue l'instrument de torture. Tandis que l'empathie « se manifeste dans le contact de face-à-face, qui facilite le décodage des émotions de l'autre à travers la mimique et la gestuelle, et sa reproduction par des « neurones-miroirs (...) On peut considérer que la position allongée va couper l'empathie, en supprimant la boucle relationnelle. » La cure type psychanalytique, qui est typée par le dispositif du divan, « facilite la régression dans l'imaginaire et peut-être la dépression par carence de contact interhumain, si souvent rencontrée dans les psychanalyses au long cours. » Je continue ? Allez, encore une petite dose d'anti-dépresseur ! « Les aspects psycho-éducatifs de la psychothérapie sont mis en œuvre. Ils peuvent être véhiculés par le thérapeute ou par des manuels d'information. La psychanalyse n'y échappe pas ; on sait que, dès les origines, Freud mêlait formation théorique et psychanalyse. De toute manière, rien ne peut empêcher un patient de lire et de s'informer sur la thérapie qu'il suit ! » La conclusion du Docteur Cottraux en découle : la psychanalyse devrait accepter d'entrer dans la grande famille des TCC. Vous pensez que j'exagère ? Lisez plutôt : « On peut observer que dans la psychanalyse il existe bel et bien des prescriptions comportementales : rester allongé durant environ une heure sans voir l'analyste et laisser aller ses associations d'idées qui seront renforcées ou non par des interprétations ou des bruits vocaux... Est-ce réellement non directif ? ».

2 – « Il semble qu'à Paris même règne aujourd'hui encore la conviction que Janet exprima si éloquemment au Congrès de Londres en 1913, à savoir que tout ce que la psychanalyse a de bon, à quelques changements près, répète les vues janetiennes, mais que tout le reste est mauvais. », Sigmund Freud, *Contributions à l'histoire du mouvement psychanalytique*, Cinq leçons de psychanalyse, petite bibliothèque payot, 1971, p. 105-106 .

Dans les conclusions de l'enquête de l'INSERM, les psychothérapies psychodynamiques (*alias* la psychanalyse) n'avaient reçu en guise de lot de consolation, qu'une certaine efficacité sur les troubles de la personnalité. Grâce à la réintégration des émotions et « en s'appuyant sur des modèles développementaux comme ceux de Bowlby et de Piaget », les TCC « sont déjà bien en marche pour valider leur approche des troubles de la personnalité ». Ne les entendez-vous pas avec leurs gros sabots ? ■