

## **Peurs, phobies et structure phobique**

**J. Tijus-Glazewski**

**Mai 2016**

Je suis chargée d'introduire ce cycle sur la phobie, plus exactement sur l'actualité de la phobie. Nous connaissons tous bien la ou les phobies. Parce qu'elle fait partie de l'univers enfantin ou de l'adolescence et que le quotidien du psychanalyste est égrainé de symptômes phobiques. C'est sans doute le symptôme le plus fréquent dans nos cabinets.

La peur est au cœur de l'humain et la phobie peut apparaître dès qu'une fragilité psychique se fait jour. Nous serons donc dans du familier.

Revenir sur ces fondamentaux n'est jamais inutile.

Il me semble également que nous sommes actuellement dans un univers culturel qui favoriserait la phobie, peut-être même la critique de la psychanalyse serait-elle le résultat de cela. L'évitement de l'éprouvé du sexuel par du trop sexuel, la rationalisation par du comportement ou de la pensée binaire, en évitant la complexité de l'ambivalence et les excès d'une pensée créative, me semble être parfois dans l'air du temps.

Enfin je pense que le psychanalyste lui-même peut être pris dans un fonctionnement phobique en écho à ce qui se passe avec le patient, ou en écho avec les points aveugles qui l'habitent.

Nous allons donc cheminer dans la phobie à partir du symptôme jusqu'à la névrose phobique, en passant par ces phobies plus envahissantes qui touchent à la fonction de la pensée elle-même.

Freud a situé la phobie dans les névroses de transfert, l'hystérie d'angoisse en particulier, fruit d'une problématique oedipienne où l'angoisse de castration et le refoulement sont à l'oeuvre.

La phobie comme symptôme de la névrose, de l'hystérie en particulier, a été peu approfondie à la suite de Freud. C'est à partir de ses achoppements que des ouvertures ont été pensées avec la position phobique centrale de Green ou la phobie du fonctionnement mental d'Evelyne Kestemberg mais aussi Annie Birraux dans « Eloge de la phobie » où elle évoque la phobie du penser à travers certaines phobies de l'école. D'autres auteurs (Joyce Mac Dougall avec les anti-analysants) parle de ce qu'on pourrait appeler les phobies d'affects. S'agit-il vraiment d'une phobie dans ces cas de figure : nous sommes bien aux prises

d'un évitement et d'un déplacement, parfois d'une éjection qui se rapproche du déni.

Ceci dit la phobie peut apparaître dans toutes les pathologies. Elle prendra alors différentes formes. Ce qui me semble plus actuel est la possibilité de symptômes hétérogènes dans des pathologies moins bien définies : une névrose obsessionnelle avec une phobie d'un symptôme de conversion, une névrose phobique avec une phobie du penser ... Cela interroge d'avantage la position contre-transférentielle et les surdités possibles du psychanalyste dans le déroulement de la cure.

### **Définition de la phobie :**

La phobie, cette peur démesurée et irrationnelle d'un objet ou d'une situation précise, est un des symptômes les plus fréquents. Elle s'accompagne de l'évitement de l'objet ou de la situation phobogène. Le sujet phobique a souvent recours à un objet ou une personne contra-phobique qui lui permet d'affronter partiellement son angoisse.

Il y a une quantité innombrable de phobies décrites dans différents manuels de psychiatrie, je ne m'y arrêterai pas. Notons seulement la différence de nature de l'objet choisi : un objet ou un animal, une situation comme la claustrophobie, ou l'agoraphobie, la phobie des relations ou phobie sociale, l'hypocondrie qui touche au corps, la phobie du penser dans certaines phobies scolaires ou dans la position phobique décrite par André Green. On y perçoit déjà la différence de nature de la problématique en fonction du « choix » du symptôme et de la relation à l'objet même si la structure des phobies est identique.

La peur, ou plutôt l'angoisse est à l'origine du sujet. Lors de sa construction psychique l'infans est confronté à l'angoisse liée à son impuissance et à sa dépendance. C'est la perte du sentiment de sécurité liée à l'absence de l'objet et le désir intense de le posséder et de s'y accrocher qui va faire apparaître l'angoisse. La peur, en l'absence de l'objet, peut mettre à mal l'intégrité narcissique en construction. La douleur éprouvée de ne pouvoir se gérer soi-même pousse l'enfant à retrouver la présence vivante de la mère à l'aide de l'identification projective. Nous sommes ici aux prémisses du mécanisme du fort-da.

Tous les enfants connaissent des phobies. L'enfant est phobique par nature, dit Maria Torok, il l'est par sa nature oedipienne dira Freud. Les phobies

apparaissent en situation d'insécurité psychique lorsque l'enfant craint un effondrement en l'absence de l'objet.

Les phobies peuvent apparaître et disparaître. Elles peuvent également se fixer si l'angoisse est trop grande. De même à l'adolescence on verra apparaître des phobies lorsque la construction psychique est bouleversée par l'inscription de la génitalité dans la sexualité de l'adulte en devenir.

La phobie, lorsqu'elle apparaît, est une stratégie organisatrice, un remaniement psychique de la psyché qui a été mise à mal par les conflits infantiles inconscients. Elle peut être potentiellement un moment fécond.

L'éclosion phobique dépend du niveau de maturation du moi. Elle succède à une crise d'angoisse, ou une terreur nocturne, « point zéro de la phobie » dira Annie Birraux. Elle fait suite à un état de détresse somato-psychique et à une absence de capacité représentative. Elle s'installe en deux temps : face à un trop plein d'angoisse au niveau interne, le moi va projeter, déplacer et condenser dans l'objet phobique les mouvements pulsionnels qui ne sont plus supportables. Ce sont surtout des contenus primaires de haine qui cherchent mais n'arrivent pas à être refoulés et symbolisés. L'objet phobique, objet déjà là dans l'environnement du sujet, condense les affects et représentations angoissants et porte ces mouvements internes auxquels il faut échapper. Il s'agit de protéger les bons objets intériorisés des attaques destructrices, le moi n'étant pas prêt à intégrer les mouvements d'ambivalence.

C'est toujours parce que le refoulement n'opère pas suffisamment que la phobie apparaît comme complément défensif. Rappelons que le refoulement sépare la représentation de l'affect. Pour qu'il puisse opérer, il faut une certaine tempérance de l'affect. La phobie apparaît lorsqu'il y a excès de l'excitation interne. Le Moi va éjecter ou projeter ce mauvais objet menaçant l'identité et la dynamique interne dans un but de « soulagement économique » en attendant d'une élaboration psychique.

C'est d'une certaine façon une lutte **contre** des représentations trop violentes pour être pensées.

C'est aussi une lutte **pour** la représentation, pour que l'angoisse puisse se « mettre en attente » et ensuite se qualifier : en extériorisant les mouvements pulsionnels et en les fixant sur un objet externe le sujet tente une mise en sens des vécus inconscients après avoir protégé son moi en situation de fragilité narcissique.

Anna Freud dira que les « vraies » phobies, celles du registre de la névrose, associent symbolisations, condensations, et projection.

Plus l'objet est circonscrit, mieux il condensera et symbolisera les objets internes mauvais qui pourront alors être partiellement maîtrisés par l'évitement mais aussi représentés dans l'objet phobique.

C'est à la qualité des représentations symbolisables dans l'objet phobique que l'on repèrera la nature du conflit en jeu.

Plus l'objet est circonscrit et extérieur au sujet, plus les scénarios fantasmatiques inconscients seront construits dans une configuration oedipienne névrotique. Le recours à l'objet extérieur et la distance qu'il suppose permettent un décollement du sujet et de l'objet et une éventuelle élaboration possible des affects engendrés, même si dans un premier temps, l'évitement et l'assurance de l'objet contra-phobique sont nécessaires, voire impératifs. La phobie permettrait alors de pouvoir représenter quelque chose avant de pouvoir le penser, tentative de localisation de la mauveté de l'objet qui devra être réintrojecté pour être élaboré.

Moins l'extériorisation est facilitée, plus la tension interne est forte : le moi est en souffrance avec une difficulté à donner forme aux contenus régressifs qui menacent par leur intensité. Les objets internes narcissiques sont défaillants, et l'excès d'excitation menace le moi.

Le moi peut alors élire une partie du corps, par clivage, pour en quelque sorte extérioriser à l'intérieur les pulsions contre l'objet mauvais.

Il peut aussi se porter sur la pensée du sujet. On évoque alors certaines phobies scolaires par exemple, véritable effort pour ne pas penser. C'est aussi ce qui sera développé par André Green dans la position phobique centrale.

### **Usage de la phobie :**

Annie Birraux dans ses écrits évoque la partie positive et organisatrice de la phobie, mouvement fondamental d'organisation des motions pulsionnelles plus archaïques, permettant à l'angoisse de se qualifier dans l'objet phobique. L'élaboration de cette angoisse pourra se faire dans des scénarios différents et se transformer en peur de l'objet phobique.

Pour Annie Birraux le fonctionnement phobique est à l'origine de la constitution de la psyché. Reprenant les formulations de Freud dans « Métapsychologie » et dans « La Négation » elle nous rappelle que le moi plaisir purifié se construit en gardant en soi ce qui est bon et rejetant hors psyché ce qui est mauvais selon le principe de plaisir-déplaisir. C'est l'expérience de satisfaction qui va lier l'affect et la représentation de l'objet et c'est ce fonctionnement qui va

contribuer à la différenciation interne-externe de l'appareil psychique. C'est ainsi que le moi se constitue. « L'ambivalence de l'objet est une conquête sur cet éprouvé primaire qui ne cherche qu'à resurgir mais dans lequel se constituent les racines mêmes du narcissisme et de l'investissement du moi, seul objet qui ne soit jamais fondamentalement mauvais »...A. Birraux. Et qu'il faut préserver en cas de menace. C'est la fonction du refoulement qui sépare la mauvaise représentation et la refoule dans l'inconscient. Ainsi elle est conservée à l'intérieur du sujet mais soustraite à la conscience. Si c'est nécessaire, c'est à dire si le refoulement n'est pas suffisant, la représentation peut-être projetée à l'extérieur permettant l'homéostasie interne et la sauvegarde du moi. Refoulement et projection travaillent de concert pour assurer le sentiment d'existence et de constance et la qualité du narcissisme.

L'angoisse est l'affect de la peur primaire d'anéantissement et porte la mémoire des peurs primitives de notre histoire des origines. La peur, elle, est un éprouvé ordinaire, première réponse à la perception d'un danger ou d'une menace vitale.

La phobie serait cet entre-deux, qui tente de transformer les angoisses primitives en des peurs abordables en déplaçant les affects sur un objet banal. Annie Birraux défend cette position que Paul Denis conteste. Pour lui la phobie est un échec car le sujet ne crée pas des représentations nouvelles. Il y pallie tant bien que mal et n'intègre pas en maintenant séparé le bon objet interne et le mauvais objet détourné sur un objet quelconque. Cette position manichéenne semble caractéristique des sujets phobiques

Dans les phobies installées il s'agit de trouver des tactiques qui empêchent le surgissement de l'angoisse et la phobie se lève rarement sans l'analyse.

On peut voir éventuellement des phobies apparaître « en urgence » lors de vécu d'effroi, il s'agira alors d'évitement perceptif immédiat plus envahissant et impératif et nous serons alors d'avantage dans le registre de la névrose actuelle.

Avec l'entrée dans la problématique oedipienne, la violence des éprouvés d'amour et de haine à l'égard des objets incestueux est à son acmé. A défaut de pouvoir se symboliser certains pourront être projetés sur un objet extérieur afin de protéger les objets narcissiques internes. C'est l'assise identificatoire qui est en cause et peut permettre, ou non, une élaboration interne que le refoulement rend possible avec la négation en complément.

Sigmund Freud remarque en 1894-1895 que des symptômes phobiques existent dans de nombreuses névroses ou psychoses, notamment la névrose obsessionnelle et la névrose d'angoisse, comme conversion de l'angoisse en terreur suite à une abstinence ou une répulsion face à la sexualité.

Freud préfère désigner le terme de phobie par celui d'« hystérie d'angoisse » (expression inventée par Wilhelm Stekel en 1908) : c'est ainsi qu'il désignera en 1909 le cas du petit Hans que Freud identifie comme une névrose où le symptôme phobique est central ; la libido n'est pas convertie mais libérée sous forme d'angoisse. D'autres cas, où la phobie joue un rôle importants seront rapporté par Freud, celui de « L'homme aux loups », et celui de « L'homme aux rats ».

Les successeurs de Freud se sont particulièrement intéressés aux phobies infantiles, notamment Mélanie Klein pour qui il s'agit d'une angoisse liée à la position paranoïde-schizoïde tandis que pour Anna Freud il s'agit d'une névrose de transfert.

Jacques Lacan, dans son séminaire *La relation d'objet*, avance l'idée que la phobie est un signifiant, un élément constitutif de l'histoire du sujet qui masque une angoisse fondamentale.

Selon Plon et Roudinesco la phobie est l'un des symptômes que la cure psychanalytique permet de maîtriser le plus facilement, en faisant apparaître le fond qui la sous-tend : l'angoisse.