

## La réalité psychique

Parler de *réalité* psychique peut surprendre. En effet elle désigne des représentations, des images mentales, alors que dans le langage courant la réalité à proprement parler s'oppose à l'imaginaire. Il y a d'une part les "choses", en tant que telles, et d'autre part l'idée que l'on s'en fait, à tort ou à raison. Et ce serait plutôt à tort car ce point de vue communément partagé tend à dévaloriser l'imaginaire au profit de la réalité des choses. Il ne faudrait pourtant pas oublier que l'être humain est un *être de langage* et qu'il est avant tout déterminé par les représentations qu'il a ou qu'il se fait des choses — représentations sans lesquelles les choses n'auraient pas d'existence pour nous. La façon dont on perçoit et ressent les choses n'est pas directement tributaire des situations objectives. Ainsi certains vivent heureux dans des conditions que d'autres ne pourraient supporter, pas même un instant. Au contraire certains sont malheureux, au point de vouloir en finir, alors qu'au yeux des autres ils ont tout pour être heureux. En fait la réalité qui compte le plus est celle de notre monde intérieur. Pour l'essentiel le déterminisme de nos conduites relève de la pensée. La notion de *réalité psychique* en quelque sorte réhabilite l'importance des représentations mentales. Par exemple lorsqu'une personne disait souffrir d'une affection corporelle alors que le médecin ne pouvait déceler aucune cause physique on la qualifiait de "malade imaginaire". Ce qui signifiait qu'elle n'était pas réellement malade et ce qui sous-entendait qu'elle n'avait pas à être prise au sérieux. On lui reprochait de "se faire des idées" et l'on concluait pour bien marquer le peu d'intérêt de son cas "tout ça c'est dans la tête". Comme si ce qui constitue l'essence même de l'être humain n'était pas digne de considération.

Aujourd'hui les personnes qui se plaignent avec insistance de troubles corporels qui n'ont pas de réalité organique sont dites "hypocondriaques" et considérées comme étant véritablement malades. On pourrait même dire que l'hypocondrie est une maladie d'autant plus sérieuse qu'elle est généralement difficile à soigner. On peut bien évidemment être malade du fait d'une affection de l'organisme (ce qui relève de la compétence du médecin) mais l'être humain peut également être malade de ses idées (ce qui relève de la compétence du psychologue). Nous sommes à la fois tributaires de notre organisme (*déterminisme naturel*) et de notre appartenance à un environnement socioculturel, avec ses codes, systèmes de valeurs, son histoire et l'usage d'au moins une langue (*déterminisme symbolique*). Pour autant, au bout du compte, chacun sa personnalité — y compris dans le cas particulier de vrais jumeaux (jumeaux monozygotes), ayant le même patrimoine génétique, vivant dans la même famille, donc dans le même environnement socioculturel. C'est que la personnalité de chaque individu résulte des aléas d'une histoire de vie forcément singulière (deux personnes ne peuvent vivre exactement les mêmes choses, au même moment, de la même manière) . Chacun est psychologiquement marqué par son vécu. Les événements n'ont pas tous le même impact selon leur nature, selon la période du développement et surtout selon l'importance des enjeux psychoaffectifs du moment. Pour une large part nos traits de caractère, nos atouts et nos faiblesses, sont la résultante des premières interactions psychoaffectives avec nos proches. Nos réactions face aux situations actuelles de notre vie, la plus ou moins grande aisance dans la manière de nous comporter avec les autres, ne prennent tout leur sens qu'à la lumière de notre passé. La réalité psychique comprend à la fois la "matière" issue de nos expériences

passées (contenus psychiques) et ses modes d'expression (fonctions psychiques). C'est ce que nous portons en nous, ce qui psychiquement nous constitue (notre personnalité) et qui pour une large part détermine nos réactions et nos conduites — le plus souvent à notre insu (ce qui fait que nous ne sommes pas toujours maître de nous-mêmes).

## L'invention de la psychanalyse

C'est en étant confronté à l'*énigme* de l'hystérie que Freud, médecin-chercheur en neurophysiologie, éprouve la nécessité de créer une nouvelle discipline: la psychanalyse. L'hystérie (comme d'autres pathologies dites nerveuses) est pour le médecin une maladie énigmatique. Elle présente des symptômes somatiques pouvant être très invalidants (tels que des paralysies, troubles de la vue, des douleurs soudaines...) alors qu'à l'examen médical on ne décèle *aucune cause organique*. L'hystérie échappe au savoir du médecin fondé sur l'étude de l'organisme. Freud, qui en tant que scientifique s'en tient au point de vue déterministe (il n'y a pas d'effet sans cause), pense en toute logique que si l'on ne trouve pas de causes objectivables au niveau du *substrat organique* c'est forcément qu'elles se situent à un autre niveau de réalité (dans la *réalité psychique*). Soit une personne hystérique ne pouvant marcher (symptôme extrême qui s'observait au début du siècle dernier). Si un médecin se contentait de lui dire « vous n'avez aucune lésion, tout va bien, c'est absurde de rester ainsi dans un fauteuil roulant » (sous-entendu tout cela n'est pas sérieux et par conséquent cela ne me concerne pas), ça lui ferait assurément une belle jambe et ne la referait pas marcher. Dans ce type de situation ce n'est pas parce qu'on ne comprend rien que c'est n'importe quoi. De même la

personne hystérique ne comprend pas mieux ce qui lui arrive. Le déterminisme est non seulement *psychique* mais aussi *inconscient*. Le médecin ne disposait d'aucun outil permettant d'explorer la réalité psychique inconsciente, ce qui conduit Freud à se donner les moyens de comprendre ces troubles afin de pouvoir les traiter. La psychanalyse va permettre d'étudier et de soigner ces maladies pas comme les autres. Elle constitue en effet un triple outil : un *modèle théorique* définissant la structuration et le fonctionnement du psychisme (formant une *théorie de la psychogenèse et du Sujet psychique*), une *technique psychothérapeutique* adaptée aux personnes souffrant de troubles psychiques (psychanalyse ou cure analytique) et une *grille de lecture* permettant d'aborder les conduites en tenant compte de leur déterminisme inconscient (c'est au-delà de leur *aspect manifeste* pouvoir saisir leur *aspect latent*). En créant la psychanalyse, le projet de Freud est de **donner un statut scientifique à l'inconscient** en le définissant *positivement* en tant que *système fonctionnel* ayant ses propres caractéristiques. La psychanalyse permet d'aborder de manière *rationnelle* ce qui jusqu'alors semblait *irrationnel* (et par conséquent hors de portée des connaissances positives). Elle montre que *toute conduite, y compris la plus "folle", a sa raison d'être* et n'échappe pas au déterminisme, fût-il inconscient. (On ne devient pas hystérique par hasard.)