Existentialisme et psychiatrie: à propos du sens et de ses avatars

P. Giannakopoulos

De quoi s’agit-il?

- L’existentialisme est un courant philosophique et psychologique qui postule que l'être humain forme l'essence de sa vie par ses propres actions, en opposition à la thèse que ces dernières lui sont prédéterminées par quelconques doctrines théologiques, philosophiques ou morales. L'existentialisme considère donc chaque personne comme un être unique qui est maître, non seulement, de ses actes et de son destin, mais également, pour le meilleur comme pour le pire, des valeurs qu'il décide d'adopter.

S. Kierkegaard (1813-1855)

- Danois, protestant, études de théologie
- De 1819 à 1834, la famille est frappée par le destin : sa mère, puis ses trois sœurs aînées et deux de ses frères meurent tour à tour, soit de maladie soit accidentellement, sans jamais dépasser l'âge de 33 ans, ce qui l'amène à croire qu'il ne dépassera pas lui non plus l'âge du Christ.
- Il vit plongé dans un état mélancolique (nom ancien de la dépression), d'autant plus que son père meurt en 1838. Des neuf membres de la famille, ne survivent alors que lui et son frère Peter.
- Une guerre continue contre les pasteurs
- Meurt en plein campagne anti-cléricale à 42 ans

S. Kierkegaard (1813-1855)

- Le concept de l'angoisse (1844)
- La simple catégorie psychologique devient « condition existentielle » ouvrant de nouvelles possibilités
- Elle témoigne de la liberté de faire des choix parmi des possibilités infinies

- De la maladie à la mort (1849): Le désespoir en tant que perte de la synthèse de l’individu.

- Les finis (les sens, le corps, la connaissance) et les infinis (le paradoxe et la capacité à croire) existent toujours dans un état de tension.

- Du désespoir-faiblesse (le désespéré ne veut point être lui-même) au désespoir-défi ou l'on veut être soi-même, c'est-à-dire dans une recherche de la vérité, et d'autre part dans une prise de conscience de sa finitude.

M. Heidegger (1889-1976)

- Allemand, catholique, théologien se destinant à la prêtrise qu'il abandonne
- Adhère au NSDAP et devient recteur de l'Université de Fribourg
- Interdit d'enseignement de 1945 à 1951 considéré comme un des théoriciens majeurs du national-socialisme
- Acquiert une réputation internationale bien avant sa mort

M. Heidegger (1889-1976)

- L'Être-là (Dasein) a la possibilité d'être ou de ne pas être soi-même, de "se choisir" (authentique) ou de "se perdre" (inauthentique) (1927)

- Le monde du Oui et l'appel de la conscience

- L'Être pour la mort et l'angoisse existentielle

La possibilité nulle

- Absence de la possibilité comme possibilité
- Défaut de la catégorie des possibles
- État de conscience d'absence du possible perçu avec clarté
- Impossibilité du projet et du choix
- Le temps est sans future
- Angoisse comme état affectif révélateur

J.-P. Sartre (1905-1980)

- De milieu bourgeois, athée, ne connaît pas son père qui meurt lorsqu'il a 15 mois

- Passe du plaisantin au militant engagé après l'expérience des camps de la deuxième guerre mondiale

- Un Voltaire du 20ème siècle qui meurt ayant une démence vasculaire après avoir été engagé politiquement comme rarement dans une vie de philosophe

J.-P. Sartre (1905-1980)

- L'homme est ce qu'il n'est pas. Il a conscience de son aspect incomplet et se tourne vers le monde
- L'homme est condamné à une liberté absolue
- L'inconscient n'est que la mauvaise foi qui se laisse nouer par le trauma
- La liberté est limitée uniquement par la volonté des autres

Moi-Autre

- Dynamique Moi-Autre: l'échec de l'inter-subjectivité
- Dépassement de l'objectivation-aliénation: l'acceptation consciente de mon objectivité et de la subjectivité des autres
- L'amitié, l'amour (présuppose une certaine cécité): mon objectivité devient inessentielle
- L'indifférence authentique

Existence humaine et possibilité

- L'infinité des possibles (Kierkegaard)
- L'équivalence des possibles (Sartre)
- La possibilité niée (Heidegger)

↓

La condition existentielle se situe entre possible et pas possible

Projet existentiel (*eigentlich*)

- Projet = anticipation des possibilités / possibilités ouvertes à celui qui projette
- Projet = Projet existentiel = ce que l'homme veut faire de soi-même dans le monde. Sa limitation provoque une angoisse semblable à celle d'anticipation de la mort
- N'a pas de fin, si l'Être-là existe.

Angoisse et projet existentiel

- Dans le choix originaire du projet
- Dans la possibilité que le projet ne réussisse pas
- Comme sentiment de la faillite du projet
- Comme absence de projet (possibilité nulle)

L'angoisse apparaît quand la possibilité et le choix concernent le projet existentiel

Le dépassement de l'angoisse: solutions authentiques

- Acceptation de l'échec et possibilité de formuler des nouveaux projets
- Reconnaissance et acceptation de l'Être-pour-les-Autres
- Dissolution du rapport d'objectivation
- Foi religieuse

Insuffisance existentielle

Fondement de toute névrose

1. Incapacité de relever les aspects positifs des événements
2. Incapacité d'établir des rapports inter-subjectifs valables
3. Déséquilibre et inadéquation de l'interaction entre affectivité et pensée dans l'évaluation de la situation
4. Réserve et irrésolution dans la situation actuelle
5. Renonciation face aux choix fondamentaux
6. Inconsistance des défenses face aux frustrations et à l'objectivation

Insuffisance existentielle et structure de l'existence

- Relations de l'homme avec les situations, avec les autres hommes, avec lui même
- Ces relations sont affaiblies et déficitaires
- L'insuffisance existentielle est une structuration de l'existence qui fait que l'Être-là ne peut pas dépasser l'angoisse avec des modalités authentiques

Effèrese

- Enterrement, cachette: une situation est vue, évaluée, refusée et disparaît pendant une période plus ou moins longue de la conscience
- Concerne toutes les situations qui provoquent de l'angoisse que l'individu ne peut pas dépasser avec des défenses authentiques
- Degrés différents

Défenses inauthentiques non pathologiques: Mauvaise foi

- Ni menteur, ni sincère. Mensonge à soi-même: manque la dualité du traître et du trompé qui sont la même personne et au même temps
- Précaire et dans les situations de réveil de la bonne foi…angoisse importante
- Différente du cynisme
- L'Être-là masque son projet existentiel et bloque la dynamique personnelle

Défenses inauthentiques non pathologiques: Hobbies

- Caractéristiques:
  - Sujet unique
  - Mono-thématique
  - Composante émotionnelle, désir à s'en occuper très important
  - Occupe beaucoup de temps qui semblerait devoir être occupé par d'autres activités (sociales, familiales,…)
  - Ne doit pas être un travail, donc économiquement profitable
- Compensation ou substitution d'un projet existentiel failli; masque le projet originaire qui n'a pas pu se réaliser

Défenses inauthentiques non pathologiques: Déresponsabilisation dans le monde de l'uniformité grégaire

- Projets et attitudes sont réglés et codifiés: « l'homme a vendu son âme au monde » (Kirkegaard)
- Pas de place pour les possibilités et les choix: tout est anticipé par le conformisme
- L'angoisse est inconnue, la dynamique est réglée par la conformité.
- Est défense de l'angoisse car elle cache l'absence de projet. Le vide est rempli par l'action
- Si « appel de la conscience »…

Défenses pathologiques: les névroses

- La personne se perçoit réflexivement dans une situation d'impuissance et la névrose est déresponsabilisation et déguisement de l'insuffisance existentielle
- Le symptôme vit de vie autonome comme défense de l'angoisse sans liens avec les causes réelles qui sont à son origine

La thérapie existentielle

- La psychothérapie existentielle se fonde sur quatre enjeux essentiels : l'angoisse de mort, la liberté, l'isolement fondamental de l'être humain et l'absence de sens existentiel

- L'épreuve de la liberté passe par la reconnaissance de sa propre responsabilité. Admettre que notre vie n'est pas le seul fait d'une contingence qui nous échappe apporte à l'être humain confiance en lui et

La thérapie existentielle

- Notre sentiment de futilité, de vulnérabilité et de solitude décroît alors que, paradoxalement, nous commençons à appréhender que chacun de nous est fondamentalement vulnérable et seule face à l'indifférence cosmique

- La substitution à la quête illusoire de sens d'un engagement relationnel