

larmes, elle est proche de son début. Pour la possibilité de cette variation (peut-être aussi mutation) la condition primordiale est la solution du problème contrainte et liberté, c'est-à-dire la victoire du désir intérieur d'être humain et la liberté consciente de ses responsabilités.

Literaturnachweis (aus dem Basler Psychologischen Arbeitskurs):

Aichhorn A.: Erziehungsberatung und Erziehungshilfe, Band 9, « Bücher des Werdenden », zweite Reihe, Huber, Bern/Stuttgart. – *Aichhorn A.*: Verwahrloste Jugend, 4., erweiterte Auflage, Band 3, « Bücher des Werdenden », Huber, Bern/Stuttgart. – *Frank S., Kielholz A., Loosli C. A., Meng H., Reiwald P., Repond A., Rotten E.*: Die Prophylaxe des Verbrechens, Schwabe, Basel/Stuttgart. – *Meng H., Morgenthaler W., Pfister O., Repond A., Stokvis B., Wintsch J., Zulliger Hans*: Praxis der seelischen Hygiene, Erfahrung und Experiment, zweite Auflage, 292 Seiten mit 16 Tafeln und 2 Textfiguren, Schwabe, Basel/Stuttgart. – *Meng H.*: Zwang und Freiheit in der Erziehung, Erziehen, Strafen, Reifenlassen, 2., erweiterte Auflage, Huber, Bern/Stuttgart.

Psychanalyse et hygiène mentale

Par *Michel Gressot*, Genève¹

Rôle de la psychanalyse dans le développement et les conceptions de l'hygiène mentale

Il peut sembler inutile de souligner l'apport de la psychanalyse à l'hygiène mentale, ceci pour deux raisons. D'abord, c'est qu'un certain nombre de principes de psychologie dynamique sont communs à l'attitude du psychanalyste et à celle de l'hygiéniste mental. De sorte qu'à cet égard la psychanalyse n'est pas un « système » extérieur à l'hygiène mentale et qui l'influence, mais qu'un certain esprit dérivé de la psychanalyse fait bel et bien partie intégrante de cette dernière. La seconde raison paraît à l'inverse: la psychanalyse, en tant que thérapie, représente une méthode non seulement individuelle, mais en outre appliquée à un nombre de cas relativement minime, tandis que l'hygiène mentale vise par définition à l'utilité sociale la plus large possible.

Néanmoins il convient de réaliser, dans l'intérêt d'un travail d'équipe bien compris, que l'importance de la psychanalyse pour l'hygiène mentale ne se limite pas à un rôle historique. Car la psychanalyse ne constitue pas une doctrine fixée une fois pour toutes dans sa cohésion interne, à l'instar d'une construction philosophique, mais un ensemble sujet au mouvement de l'évolution scientifique, autant sous ses aspects théoriques que pratiques. C'est pourquoi la relation entre psychanalyse et hygiène mentale prend la forme d'un échange permanent. Même sous son aspect historique, d'ailleurs, la connaissance de cette relation offre l'avantage de renforcer la solidarité de deux disciplines

¹ Auteur: Docteur M. Gressot, Affections nerveuses F. M. H., 3bis, Chemin Thury, Genève.

faites pour s'entraider, et que l'autonomie réciproque de leurs buts particuliers ne doit pas pousser à s'isoler l'une de l'autre.

Dès ses débuts, le développement de l'hygiène mentale a été tributaire de celui de la pensée psychanalytique, et directement stimulé par elle. Ainsi, l'importance de l'histoire individuelle pour la genèse des troubles nerveux et mentaux, démontrée par la psychanalyse, est devenue un postulat fondamental de l'hygiène mentale. Il en va de même de la connaissance des stades psychogénétiques traversés par l'évolution individuelle; et de l'idée que chaque trouble psychique, loin de constituer un phénomène impénétrable, peut devenir compréhensible dans les termes d'une psychologie *naturelle*.

La mise au point d'une conception scientifique de l'homme, qui intègre les aspects génétiques et dynamiques de l'inconscient, et qui en souligne le rôle dans le comportement individuel comme dans celui des groupes sociaux, telle est la contribution majeure de la psychanalyse à l'hygiène mentale. Ces connaissances, toutefois, ne résolvent pas par elles-mêmes le problème de leur application dans le domaine de la santé publique. Les règles éprouvées de la thérapie psychanalytique ne se laissent pas transposer directement dans l'abord médico-social des problèmes familiaux, sociaux, criminologiques, etc. Ce n'est donc pas par la voie d'un enseignement technique que les travailleurs sociaux et responsables des services publics d'hygiène mentale trouveront à tirer parti de la psychanalyse, mais par l'intermédiaire de leur formation personnelle.

Cette formation au contact de la pensée psychanalytique présente trois aspects. Premièrement, le filtrage et l'assimilation progressive, par la psychologie générale, d'un certain nombre de données psychanalytiques. Deuxièmement, l'expérience acquise dans une psychanalyse personnelle par quelques responsables. Troisièmement – et ce dernier élément est peut-être le plus important –, le contrôle du travail pratique (p. ex. du *case-work*) sous la direction d'un praticien autorisé de la psychanalyse. Dans tout ceci, on le voit, c'est moins l'acquisition de connaissances qui est efficace, que la participation active, au stade du contrôle, d'un personnel bénéficiant d'une formation psychanalytique *lege artis*.

A côté de cela, la psychanalyse n'a pas de prétentions impérialistes à faire valoir sur l'hygiène mentale dans son ensemble. Celle-ci est formée par la réunion de plusieurs courants dont chacun reste lié à la source (psychologique, sociologique ou psychiatrique) dont il émane. Cependant il n'est pas toujours facile de distinguer, dans ce mélange, la part de la science et celle de la propagande, la fonction dynamique de la persuasion et celle de la psychologie désintéressée. A cet égard, le rôle du psychanalyste consiste à veiller à l'intégrité des connaissances de psychologie instinctivo-affective mises en œuvre par l'hygiène mentale, afin que le souci de les rendre utiles au grand nombre ne les prive pas, paradoxalement, de leur portée originale.

Rôle de la psychanalyse dans la pratique de la prophylaxie mentale

Il n'est donc pas possible de transposer directement sur le plan de la prophylaxie les données de la thérapeutique psychanalytique, comme un enthousiasme naïf l'avait fait espérer dans les débuts. Le problème de la prophylaxie mentale n'est pas plus résolu par les progrès de l'art psychothérapeutique que celui de l'hygiène tout court n'est supprimé par les conquêtes de la médecine. Cet état de fait confère une autonomie à la prophylaxie mentale, qui possède ses voies à elle et ne peut être considérée comme simplement dérivée de principes établis par ailleurs.

Si les connaissances psychanalytiques amènent à préconiser un certain degré de tolérance vis-à-vis des tendances instinctives, il est clair que le but serait outrepassé si ce degré était trop grand. En se donnant pour tâche, par exemple, d'éviter les « refoulements », on n'aboutirait qu'à créer de nouveaux déséquilibres. Car à côté des refoulements névrotiques il en existe d'autres, réussis et d'ailleurs nécessaires, qui contribuent à la structuration de la personnalité. On ne favorise nullement la normalité et l'équilibre individuel en permettant la satisfaction de tous les désirs, mais bien en aidant l'individu à s'adapter harmonieusement à la société dont il fait partie.

Dans certains milieux, on a vu un souci excessif de se mettre « à la page » aboutir, chez les éducateurs, à des attitudes anxieuses et obsessionnelles, qui font aux enfants plus de tort que l'ignorance pure et simple. On ne saurait répondre dans l'absolu au dilemme trop simpliste : Faut-il, pour une hygiène mentale bien comprise, réprimer les tendances instinctives, ou leur laisser libre cours ? Pratiquement toute réponse sera une question de mesure et de relativité. De mesure : c'est-à-dire que les interdictions à éviter, si possible, seront les interdictions inutiles, celles en particulier qui correspondraient davantage à un besoin subjectif de l'éducateur (p. ex. un besoin d'autorité) qu'à l'intérêt direct de l'enfant. Et de relativité : car toute interdiction éducative est fonction du milieu socio-culturel.

Mais si l'on accordait à ce dernier point une importance exclusive, on retirerait à la prophylaxie son caractère psychologique, pour l'engager trop à fond dans une action d'amélioration sociale. En fait, les idées psychanalytiques en matière d'éducation ont passé par les deux étapes. Dans la première on mit l'accent sur l'opportunité de la plus grande indulgence possible, tandis que dans la seconde on crut devoir réhabiliter la sévérité, en se basant sur le besoin de sanction de l'enfant. Car savoir punir à bon escient, c'est aider à prévenir un excès de culpabilité. Or l'attitude idéale se trouve à la fois plus banale et plus difficile : elle consiste dans la réalisation d'un équilibre naturel entre la tendance laxiste et la tendance rigoriste.

De sorte que la tâche de l'hygiéniste mental, sur ce point, revient souvent à lutter contre les interprétations unilatérales de conceptions psychanalytiques

trop sommairement comprises, en faveur d'une attitude de mesure entre deux extrêmes. Et d'une balance à équilibrer entre les intérêts de l'individu et ceux de la société. En d'autres termes nous avons là la défense, par la prophylaxie mentale, d'un principe dicté par le simple bon sens. Et ce n'est pas le moindre paradoxe de l'hygiène mentale, que d'avoir à maintenir les exigences du bon sens contre ceux qui, n'étant pas sûrs du leur, lui demanderaient des préceptes péremptoires et des recettes infaillibles.

En ce qui concerne les frustrations et conflits inévitables de la vie, il ne s'agit nullement de les épargner à l'enfance sous prétexte de prévenir des développements névrotiques. Frustrations et conflits jouent un rôle structurant nécessaire. Le but est plutôt d'aider l'individu à les supporter sans les rechercher – à n'avoir peur ni de la difficulté, ni du bonheur. Formule qui contient, on le voit, une certaine définition de l'adaptabilité aux conditions de l'existence. Une adaptabilité optima qui garde du glissement dans la maladie nerveuse quelle qu'elle soit : ainsi pourrait-on désigner le but de l'hygiène mentale. Nous disons bien adaptabilité et non pas simplement adaptation, car il y a des cas où l'adaptation à tout prix se ferait aux dépens de la lutte pour des conditions meilleures.

On se sera rendu compte, au passage, que la prophylaxie mentale d'inspiration psychanalytique est affaire d'éducation aussi bien des éducateurs que des enfants. Maintenant, comment une éducation du public est-elle réalisable, s'il est vrai que l'on éduque ses enfants avec ses réactions inconscientes plus encore qu'au moyen de ses intentions reconnues ? Eh bien, de nouveau, il faut prendre position contre un excès psychologique : en l'occurrence, contre une croyance trop exclusive en la toute-puissance de l'inconscient, qui prendrait les allures d'une entité ou d'une force magique. En réalité, les appels au bon sens et à la réflexion gardent leur valeur pour toutes les parties saines de la mentalité publique ; seule l'optique névrotique en a une perception déformante.

A cet égard, la tâche de l'hygiène mentale sera de fournir au bon sens les connaissances sur lesquelles il puisse s'appuyer ; ou, si l'on préfère, de lui apprendre à mieux voir les phénomènes sur lesquels il aura à s'exercer. En psychologie de l'enfant, il faut apprendre à observer, et savoir ce que l'on peut rencontrer, pour le reconnaître. Beaucoup ne découvrirait pas par eux-mêmes, si l'on ne les renseignait, de quoi est faite la mentalité de l'enfant et, par exemple, quelles périodes sont les plus importantes pour lui, et pourquoi (sevrage, apprentissage de la propreté, séparations, crises d'opposition, acceptation de la bonne entente des parents entre eux, etc. . . .).

En ces matières, une propagande à but prophylactique peut évidemment se révéler aussi efficace qu'une autre. Déjà une opinion nouvelle se forme, par assimilation de certaines vérités psychologiques. Mais si l'hygiéniste n'y prend garde, les méprises seront fréquentes, et encore une fois son rôle consistera à corriger ces déformations. On ne peut toutefois pas empêcher que beaucoup

de ceux qui se targuent d'idées psychanalytiques leur donnent une signification simpliste ou altérée. Il y a là un véritable fait sociologique. Mais l'on se doit de « dévulgariser » ces notions trop vulgarisées, en leur rendant un contenu plus vrai.

Chaque époque (comme chaque culture) possède ses représentations à elle sur l'âme infantine, sur l'éducation et sur la normalité. Nos contemporains se situent pour cela fort loin de leurs grands-parents, et sentent même fort différemment de leurs parents. Ainsi l'on perçoit les manifestations de la sexualité infantile comme choses naturelles, et la présence d'éléments irrationnels dans le psychisme n'apparaît plus comme un scandale. Apprendre à ne pas garder une peur irraisonnée des réalités psychologiques situées en-deçà ou au-delà du sens commun, voilà à quoi tend l'éducation de l'opinion publique en ce domaine. Et dans la mesure où l'opinion s'assouplit, en prenant conscience de ce que l'enfant vit réellement, les conditions d'adaptabilité sociale de ce dernier s'améliorent. La même information, basée sur les données cliniques et statistiques de l'observation psychanalytique, sert dans la prévention des névroses comme dans celle de la délinquance juvénile.

Tout le monde connaît l'une ou l'autre des institutions vouées à la prophylaxie mentale: services médico-pédagogiques, écoles des parents, services médico-psychologiques judiciaires, policliniques psychiatriques, etc. . . . Bien qu'utilisant les principes de la thérapie psychanalytique, et parfois basées sur eux, la plupart de ces institutions ne recourent qu'exceptionnellement à la cure psychanalytique proprement dite. C'est qu'il existe de nombreuses méthodes inspirées de la psychanalyse, et qui permettent d'en utiliser certains ressorts là où celle-ci est d'application impossible: psychothérapies diverses individuelles ou collectives, psychodrame, *case-work* social, groupes organisés dynamiquement, etc. . . .

Le choix de la méthode est affaire de spécialiste. Mais on peut dire que de toute façon, la prophylaxie mentale consiste, à quelque stade du développement que ce soit (enfance, adolescence, âge adulte ou vieillesse), à empêcher les sujets d'avoir peur de ce qui se passe en eux, c'est-à-dire des transformations qui les acheminent vers le dépassement du stade où ils se trouvent. Il s'agit de cela infiniment plus que de proposer des règles à suivre pour réaliser la normalité.

Mais après avoir ainsi parlé de l'action sur la mentalité ambiante, il est bon d'insister encore une fois sur l'importance de la formation psychologique des cadres. Bien qu'une formation spécialisée soit à la base de l'organisation des services médico-pédagogiques et policliniques, par exemple, il n'en va pas encore de même pour les institutions de prévention de la délinquance, ni dans les maisons dites de redressement pour délinquants mineurs. En attendant que l'évolution des idées rende ce vœu réalisable, rien ne s'oppose à ce qu'un psychiatre dûment formé en psychothérapie soit adjoint, à titre de conseiller, au personnel de direction et de surveillance.

Pour en revenir à l'incidence des données psychanalytiques sur l'éducation, une difficulté particulière doit être mentionnée. La manière de poser les problèmes en fonction d'un inconscient existant aussi bien chez l'éducateur que chez l'enfant, est difficilement acceptable pour quiconque n'a pas d'expérience personnelle du passage de l'inconscient à la conscience, c'est-à-dire pour la plupart d'entre nous. Certes la notion d'inconscient, à force d'avoir été présentée comme un leit-motiv de la psychologie instinctivo-affective, est plus ou moins tombée dans le domaine public. Or pour l'hygiène mentale de l'éducation, l'important n'est pas d'accréditer quelque croyance que ce soit en un inconscient dont, en dehors de la relation psychanalytique, personne ne pourra jamais percevoir l'impact concret. Il conviendra, bien plutôt, de répandre la connaissance de fait, la connaissance dérivée de l'observation scientifique, des étapes de la mentalité et des réactions enfantines. Car c'est par l'articulation de ces étapes que l'on comprend le mieux tous les fonctionnements psychiques en général.

Étapes que nous ne pouvons songer à retracer ici, même succinctement. Qu'il suffise de rappeler que, pour l'enfant, l'adulte revêt des significations inconscientes différentes de celles qu'une observation superficielle et conventionnelle des positions réciproques permet de dégager. Du reste, le profit que l'adulte pourra tirer de ces notions dépendra beaucoup plus de sa capacité à aimer l'enfant, que de leur simple connaissance.

Accorder aux enfants une ration de satisfactions correspondant successivement aux besoins propres à chaque âge; éviter les attitudes de dressage obsessionnel; autoriser la manifestation de suffisamment d'agressivité, tout en la limitant pour qu'une trop grande licence ne devienne pas source d'angoisse: dans tous ces préceptes, nous savons que la psychanalyse ne fait que renforcer les intuitions du bon sens en leur donnant une base plus scientifique. L'éducation sexuelle elle-même est une affaire d'atmosphère familiale, plutôt que d'instruction verbale.

Tout ceci peut paraître décevant pour ceux qui auraient souhaité recevoir des recettes précises et passe-partout. Mais c'est en effet l'un des enseignements de la psychanalyse, qu'en éducation il n'y a pas de recettes – pas plus qu'en psychothérapie. Voilà qui nous ramène une fois de plus au rôle premier de la formation de l'adulte dans sa relation avec l'enfant. Car l'action exercée sur lui par les parents ne dépend ni de leurs intentions, ni de leurs procédés, mais essentiellement de leurs attitudes émotionnelles profondes. Et l'évolution de l'enfant, ses succès et échecs, ne laissent jamais les parents neutres, mais ils sont suivis avec un amour-propre générateur tantôt de satisfactions, tantôt de dépit. Le dépit peut aller jusqu'au rejet affectif, et l'amour-propre jusqu'à faire de l'enfant un prolongement narcissique de soi-même, privé de toute indépendance.

Cependant ces écueils ne doivent pas entretenir des attitudes de crainte chez les parents, mais leur faire comprendre, par leur généralité, qu'une ambivalence des sentiments à l'égard de l'enfant n'est pas anormale. Plus encore, que les erreurs dont aucune éducation n'est dépourvue peuvent trouver, dans l'amour prodigué et dans la compréhension désintéressée qui l'accompagne, une compensation naturelle suffisante. Et si les éducateurs voient leur bonne volonté débordée par quelque limitation névrotique, qu'ils n'hésitent pas à envisager un secours psychothérapeutique à leur propre usage.

On pourrait résumer en deux propositions le but de l'éducation affective et instinctive aux yeux de la psychanalyse: 1. Permettre à l'enfant de renoncer à traduire en actes ses désirs agressifs, tout en employant le bénéfice de leur énergie pour l'affirmation de soi et une saine intégration sociale.

2. Permettre une acceptation des désirs sexuels suffisamment libre pour qu'elle prépare l'accession ultérieure à l'amour authentique.

Si maintenant nous considérons une dernière fois, du point de vue psychanalytique, l'ensemble de l'hygiène et de la prophylaxie mentales, nous constatons qu'elles ne nous apportent pas quelque technique nouvelle des relations humaines, ni davantage un nouvel art de vivre. Mais, plus modestement, une hygiène de la vie mentale qui aide à devenir plus humain, à une époque dont les conditions rendent plus difficile la réalisation de cet idéal. Ainsi comprise, l'hygiène mentale est la servante de l'adaptation évolutive. Ce qui est aussi un rôle de la psychanalyse. Toutes deux, à leur façon, représentent des moyens de se rapprocher d'un équilibre adaptatif qui, lui, est de tous les temps. Car notre époque comme les précédentes, et en matière de prophylaxie mentale comme en matière d'hygiène tout court, apporte les palliatifs appropriés aux déficits qu'elle entraîne par son évolution même. Ce qui ne varie guère, c'est l'écart entre maux et remèdes. Mais cet écart s'élargirait dangereusement, si l'on ne travaillait à le combler avec les moyens correspondant à l'actualité et offerts par elle. Dans cette perspective, l'hygiène mentale apparaît comme l'intermédiaire obligé entre la psychanalyse et les applications de celle-ci dans le domaine public.

Résumé

La signification de la psychanalyse pour l'hygiène mentale peut se déterminer d'après trois points de vue: 1. Quant au développement et aux conceptions foncières de l'hygiène mentale, la psychanalyse fait fonction de discipline-mère et de levain. 2. Quant au rôle de la psychanalyse dans la pratique de la prophylaxie mentale, il s'exerce soit directement (action psychothérapeutique), soit indirectement, par le moyen de la formation d'un personnel spécialisé, et par celui de la supervision du travail d'hygiène mentale. 3. En ce qui concerne l'éducation des enfants, la psychanalyse maintient l'attention sur les attitudes des éducateurs; son influence joue en faveur de l'équilibre entre les facteurs antagonistes qui polarisent ces attitudes.

Il est presque paradoxal que la psychanalyse, après avoir donné lieu à un conformisme rigide chez ceux qui ont voulu lui emprunter des *règles*, ait à militer pour un retour au

naturel du simple *bon sens*. En jetant un coup d'œil sur l'avenir de l'hygiène mentale, on peut espérer que les catégories professionnelles du psychiatre, de l'hygiéniste mental et du psychanalyste perdront encore de leur étanchéité, au profit d'une activité en équipe au sein de laquelle chacun adaptera sa formation spécialisée aux buts communs.

Zusammenfassung

Die Bedeutung der Psychoanalyse für die geistige Gesundheit läßt sich in drei Punkte zusammenfassen: 1. Für die Entwicklung und tiefere Auffassung der Psychohygiene ist die Psychoanalyse Mutterdisziplin und Ausgangspunkt. 2. In der Praktik der Prophylaxe der geistigen Gesundheit kommt die Psychoanalyse, sei es direkt (Psychotherapie) oder indirekt durch die Ausbildung von spezialisiertem Personal und von Personal zur Überwachung der Arbeit für die geistige Gesundheit, zur Auswirkung. 3. In der Kindererziehung wacht die Psychoanalyse über die Haltung der Erzieher; ihr Einfluß spielt eine Rolle für die Erreichung eines Gleichgewichtes zwischen den antagonistierenden Faktoren, die diesen Haltungen zugrunde liegen.

Beinahe paradoxerweise hat die Psychoanalyse nach einem früheren Konformismus strikter Regeln heute zu kämpfen für die Rückkehr zum natürlich Verständlichen. Als Ausblick auf die Zukunft der geistigen Gesundheit kann man hoffen, daß die Berufspsychiater, Geisteshygieniker und Psychoanalytiker dieser Materie näherkommen werden zugunsten einer Teamarbeit, in welcher jeder seine Spezialausbildung zum gemeinsamen Wohl verwerten kann.

Introduction à la psychothérapie analytique de groupe

Par M. Barrelet et P. Jordi¹

I. Considérations théoriques

Nous tenterons dans cet exposé de dégager les éléments essentiels constituant la dynamique des traitements analytiques de groupe ainsi que certains moments privilégiés de leur existence, à travers quelques exemples pratiques. Nous nous référerons, pour ce faire, à l'activité des groupes de traitement de la Polyclinique psychiatrique universitaire de Lausanne et à l'expérience qui s'en est dégagée petit à petit depuis leur création il y a six ans. Précisons déjà maintenant qu'il s'agit de groupes d'adultes, hommes et femmes, dont le nombre de participants est de 8 à 10 au maximum, et qui se réunissent une à deux fois par semaine, selon les groupes et les thérapeutes. La discussion est libre, aucun thème n'est imposé, et chaque membre apporte ses problèmes, qu'il expose sans contrainte, quand bon lui semble. L'attitude du psychothérapeute est inspirée de l'attitude de neutralité bienveillante de l'analyste freudien.

Précisons que ce dont nous allons parler concernera la dynamique des

¹ Auteurs: Drs Monique Barrelet, Evole 15, Neuchâtel, et Pierre Jorde, Eglantine 8, Lausanne