Psy Chic

MARS 2022

Trimestriel de la Fédération Freudienne de Psychanalyse

La femme qui danse
De la danse en corps

Bibliothérapie
Pour une autre lecture

Jack l'Eventreur
et la psychanalyse

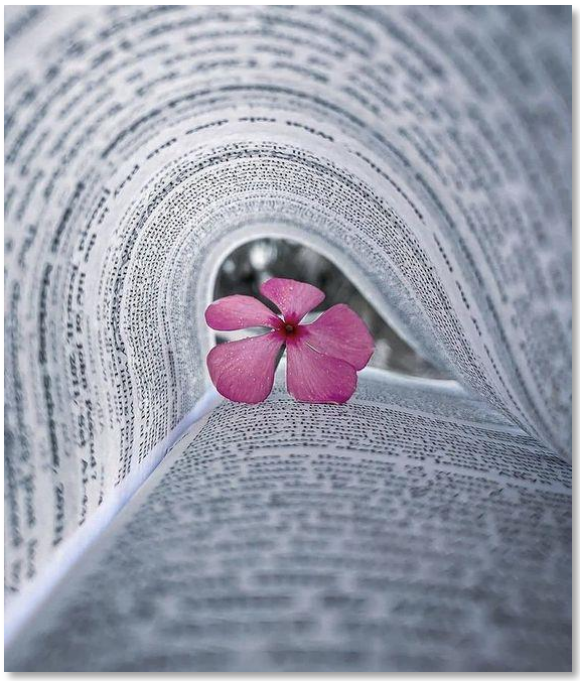
MASTURBATION
De l'entrave
à l'émancipation

N°34

De l'être à l'âme il n'y a qu'un pas… de danse. Mais au pied de la lettre on découvre aussi un monde, car il y a maintes façons d'ouvrir un livre, d'y plonger son cœur ou son âme, de se laisser prendre au gré des phrases, des symboles, des couleurs et d'y trouver parfois des réponses, des miroirs, quelques alliés, un peu d'espoir. Bien faits de la lecture et magie des ouvrages sur pages, don des tisserands de l'aventure humaine, Bénédicte vous propose une visite dans l'univers de la bibliothérapie et de ses applications.

Un livre respire, il vous parle, vous rassure ou vous fais fuir, vous contient, vous console ou vous éveille, il a cet avantage d'être un objet palpable que l'on peut emmener partout, mais au final c'est bien ce qu'il contient ou du moins ce qu'il provoque en l'être qui nous intéresse. La lecture nous invite au virtuel vertueux, fait sens à notre histoire. Forme littéraire, choix d'une linéarité et non d'une autre, éclairage ou interprétation libre, la bibliothérapie nous rappelle à quel point le voyage transitionnel entre les mondes nous est vital.

La douceur sera au rendez-vous grâce à Érika Jouval et à son Billet doux, qui nous offre toujours l'occasion d'une respiration dans ce monde en folie, d'autant qu'entre-temps, Jack L'éventreur sera passé par-là ! Un article que vous pourrez retrouver dans son intégralité sur Cairn par Francis Drossart.



Sujet tristement tabou pour nombre de nos analysants, la masturbation. Même si l'on en parle plus librement dans les médias, il n'en reste pas moins que la morale générale détient encore quelques actions dans le domaine. Intimité du corps, du geste, c'est dans les coulisses de la sexualité que s'analysent les fantasmes aux différentes couleurs névrotiques.

Masturbation en question pour les jeunes qui se découvrent en secret, internet propose aujourd'hui des sites spécifiques qui dédramatisent un sujet bien trop longtemps diabolisé.

Bientôt le printemps mais pas encore, quelques pas encore, au rythme universel de la danse, celle de l'animal humain qui se déploie et s'envole à la fin de ce numéro.

A.Darsel

Couverture : https://complianceandethics.org/wow-we-have-a-code-of-conduct/dusty-book/

Masturbation, acte bisexuel ?

"[...] au masturbant qui dans ses fantasmes conscients essaie de se mettre dans le ressenti des deux sexes, il "recycle" la scène originaire dans son économie auto-érotique [...]" [1]

En 1977 ce qui n'est pourtant qu'une façon de "faire l'amour avec quelqu'un qu'on aime", comme le disait Woody Allen, représentait un grand danger du temps de Freud. En 1893 ce dernier la considère comme responsable de la neurasthénie, en 1897 comme la plus puissante forme d'addiction qui soit, et en 1912 comme une manifestation pathologique émanant de la sexualité infantile. [2]

Il distingue trois phases de masturbation, celle du nourrisson (auto-érotisme) ébauche du futur primat de la zone génitale sur l'activité sexuelle future, la deuxième vers 4 ans au moment de l'Œdipe, et la troisième lors de la puberté.

Dans ses correspondances, Freud confie à Lou Andreas Salomé en 1917 : "L'onanisme en soi n'est pas grave. Si seulement on pouvait avoir le choix entre sa pratique et l'angoisse consécutive à sa répression, la décision ne ferait aucun doute."

Les travaux de J. Mc Dougall font apparaître que la masturbation est un acte où la main peut représenter l'autre (quel que soit son sexe) ou n'importe quelle partie de son corps, des objets inanimés, etc. selon le type de fantasme. Tout comme le rêve, le fantasme est fait de refoulements, de condensations, de déplacements, capables de satisfaire à la fois la pulsion, les interdictions internes et les exigences du monde externe.

Ce compromis narcissique peut être vu sur le plan inconscient comme le souhait bisexuel d'un retour à l'abolition de la différence dans la fusion d'une époque perdue. C'est aussi un acte d'indépendance vis-à-vis des interdits et de ceux qui les ont imposés.[3] Maria Torok décrit une prise de liberté envers la dépendance rattachée à la "main de la mère", mais également la marque de l'introjection et de la maitrise de la scène primitive ainsi que de ses acteurs. [4]

On peut considérer ainsi que l'alliance des sexes dans l'acte masturbatoire est un rapport essentiel au domaine "actif/passif". Le rapport à la castration de l'individu faisant pencher l'équilibre psychique d'un côté ou de l'autre, la masturbation vient rééquilibrer les tendances, satisfaisant ainsi toutes les instances.

Tableau de Gustav Klimt

Mais peut-on affirmer que la masturbation est de nature bisexuée ?

En un sens la main tient le rôle que le fantasme lui donne, quel que soit l'identité du masturbant ou la nature même du fantasme.

Donc l'onanisme serait en effet bisexuel au sens primaire. La masturbation (adulte) peut se concevoir tel un acte auto-érotique génitalisé, dont la forme hétérosexuelle ou homosexuelle prendrait sa source dans le fantasme. C'est ce dernier, dans sa forme scénarisée consciente, qui donne le ton et reste aléatoire quant à la notion de plaisir individuel.

Spitz dans son article *"de l'auto-érotisme",* note trois manifestations d'auto-érotisme durant la première année de l'enfant : le balancement rythmique du corps, les jeux fécaux et la manipulation génitale. Il constitue trois groupes d'enfants, le premier bénéficiant d'une bonne relation avec la mère, le deuxième subissant cette relation de façon instable et le troisième privé de toute relation affective mais recevant les soins essentiels à la survie.

Les résultats furent que le premier groupe s'engageait dans des activités auto-érotiques et manifestait des manipulations génitales spontanées et constantes. Dans le deuxième groupe la moitié des enfants démontrait une absence totale d'activités auto-érotiques, l'autre moitié, surtout des balancements et des jeux fécaux. Dans le troisième groupe se révélait une absence totale d'activités auto-érotiques. Ceci prouvant par ailleurs que ce ne sont pas les soins qui induisent ce type d'activité. [5]

L'investissement auto-érotique semble donc dépendre d'une relation à la mère "suffisamment bonne". De plus les enfants carencés montrent des expressions d'auto-agressivité.
Winnicott souligne l'importance de la capacité de la mère à ne pas succomber aux agressions fantasmatiques du nourrisson. Ce que l'on retrouvera dans la théorie de Bion en termes de *capacité de rêverie* de la mère, qui permet à l'enfant de se construire un espace psychique sécurisant.

Tableau de Dali : Le grand masturbateur

Autre impact sur la perception de l'enfant quant à la pratique de la masturbation, il s'agit de la scène primitive qui vient poser là différents conflits, dans ce qu'elle implique d'isolement pour l'enfant vis à vis de la relation de ses parents.

En effet il doit introjecter la scène originaire avec des fantasmes basés sur le couple parental dont il se sait exclu. Dans ces fantasmes il peut être alternativement les deux personnages, père et mère. Mais selon le vécu de l'enfant lors des stades oral et anal, cette scène primitive pourra après-coup être interprétée de diverses façons (acte bestial, dégradant ou gratifiant, ...). La masturbation permet à l'enfant un espace transitionnel de contrôle quant à la perte de l'objet. À partir du moment où il peut le fantasmer, c'est qu'il est en capacité de se distinguer de l'objet. Ferenczi parle de dédoublement du sujet qui s'identifie aux deux protagonistes pour réaliser l'accouplement de façon autarcique. Manière de s'affranchir de ceux qui posent les interdits. [6] Par la masturbation l'enfant reprend donc le pouvoir sur les blessures narcissiques, mettant en scène ses parents (scène primitive) et satisfaisant les fantasmes sexuels et fusionnels, constitués d'interdits présumés.

Certaines personnes considèrent la masturbation comme un symptôme condamnable, d'autres en ont refoulé toute manifestation. [7] Dans la période de latence, le refoulement, aussi bien contre l'acte que les fantasmes, peut amener la masturbation à subir des modifications profondes ; des substituts seront alors trouvés et rencontrés dans d'éventuels symptômes obsessionnels ou hystériques comme des inhibitions ou encore des symptômes hypocondriaques. La masturbation normalement inhérente au Moi sera là perçue par l'individu comme un symptôme et donc étrangère au Moi. Mais qu'il s'agisse de processus symptomatique ou masturbatoire on y retrouve toujours la recherche d'une résolution des conflits internes.

A.Darsel

1. Assoun.P.-L., "L'identification bisexuée", in *Masculin et Féminin*, Anthropos, Paris, 2007, p. 23

2. Mc Dougall J., *Bisexualité et différence des sexes,* Gallimard, 2000, p. 430

3. Mc Dougall J., "L'idéal hermaphrodite et ses avatars", in *Bisexualité et différence des sexes,* Gallimard, 2000 p. 409

4. Torok M., "La signification de "l'envie du pénis" chez la femme" in *La sexualité féminine,* Bibliothèque scientifique Payot, 1991, p. 194

5. Mc Dougall J., "L'idéal hermaphrodite et ses avatars", in *Bisexualité et différence des sexes,* Gallimard, 2000 p. 420

6. Torok M., "La signification de "l'envie du pénis" chez la femme", in *La sexualité féminine,* Bibliothèque scientifique Payot, 1991, p. 193

De l 'entrave à l'émancipation

Philippe Brenot relate longuement l'impact terrible qu'a eu un livre en latin, « Essai sur les maladies produites par la masturbation ».

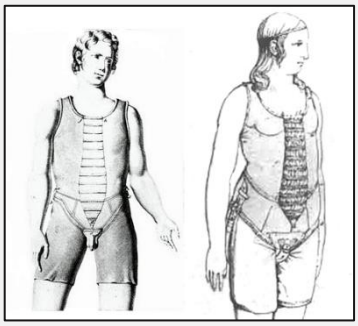
Paru en 1758 à Lausanne, l'ouvrage, dit Brenot, « a réveillé les vieux démons de l'inquisition » où l'on pouvait être condamné à mort pour s'être masturbé.

Son auteur, Samuel Tissot, un médecin issu d'une famille très pieuse, avait fait de brillantes études et était reconnu. Il a empilé dans son ouvrage les maux provoqués selon lui par l'onanisme et raconté des cas de patients en décomposition. Exemple avec le sort terrible de cet horloger qu'il a eu à soigner :

« Je trouvais moins un être vivant qu'un cadavre gisant sur la paille, maigre, pâle, sale, répandant une odeur infecte, presque incapable d'aucun mouvement. Il perdait par le nez un sang pâle et aqueux, une bave lui sortait continuellement de la bouche. Attaqué de la diarrhée, il rendait les excréments dans son lit sans s'en apercevoir. »

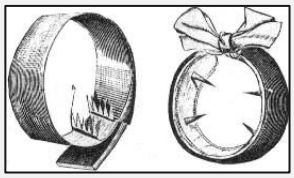
Et Samuel Tissot de conclure : « Tous ceux qui se livrent à cette odieuse et criminelle habitude ne sont pas aussi cruellement punis, mais il n'en est point qui ne s'en ressentent plus ou moins. »
Aujourd'hui, ça fait rire, mais à l'époque et pendant longtemps, l'« essai » n'a cessé d'être édité et partagé.

Pour Philippe Brenot, Tissot a inauguré « 200 ans d'obscurantisme » pour nous imprégner encore aujourd'hui. Même des gens intelligents ont encouragé l'homme. Rousseau par exemple a écrit : « Cet ouvrage est un service rendu au genre humain. » […]
Dans son livre, « Nouvel éloge de la masturbation », Philippe Brenot raconte aussi les objets inventés pendant ce siècle technique du XIXe pour lutter contre la masturbation.



Le corset pour garçons inventé par le docteur Guillaume Jalade Lafond est troublant.

Celui que devaient porter les femmes dites malades » aussi. On apprend aussi qu'un autre médecin, anglais cette fois-ci, avait proposé « un anneau pénien muni de pointes érectiles » pour la nuit. Philippe Brenot écrit :



« Ces pointes de vigilantes réveillaient le jeune homme à la moindre érection. Il avait alors consigne de se laver à l'eau froide jusqu'à ce que l'excroissance disparaisse, puis de remettre son anneau pour une fin de nuit tranquille. Terrible châtiment quand on sait que les érections nocturnes sont naturelles, quotidiennes et involontaires. »
Parmi les croyances bien marquées au XVIIIe siècle, il était dit que les femmes se masturbant avaient des clitoris surdimensionnés :

« Le docteur Carr, en 1730, rapporte l'histoire de deux religieuses lesbiennes qui s'étaient agrandi le clitoris à force de le masturber. On a dit par ailleurs qu'une femme l'avait aussi gros que le cou d'une oie, elle fut fouettée en place publique pour en avoir abusé. Cette accusation était ainsi devenue un objet de quolibet et de dénigrement quand, par exemple, un siècle plus tard, les Goncourt prétendirent que George Sand avait un clitoris si grand qu'il se voulaient l'égal de leur verge. »

Par Renée Greusard https://www.nouvelobs.com/rue89/rue89-rue69/20130902.RUE8503/tabou-de-la-masturbation-sept-trucs-que-vous-ne-savez-peut-etre-

A l'heure actuelle le sujet de la masturbation est partout, dans des livres comme « Je jouis comme je suis », d'Emily Nagosky, que l'on peut recommander à toutes et même à tous ceux qui s'intéressent à la sexualité féminine. Car c'est bien cette dernière qui se retrouve sous les spots aujourd'hui ayant tellement été stigmatisée, face à la normalisation de la masturbation masculine dans les mœurs.

Si les ados d'aujourd'hui n'ouvrent que difficilement les livres on les retrouvera curieux des comptes Instagram leur permettant de découvrir et de vivre leur sexualité en toute liberté. Pour n'en citer que quelques-uns :

Gang du clito

Présidente du collectif Merci Simone et à la tête de la campagne "It's not a bretzel", Julia Pietri a fondé le compte Gang du clito en septembre 2018. Avec quasiment 34K abonnés, Julia souhaite libérer la parole autour de la masturbation féminine. Elle a d'ailleurs écrit un petit guide de la masturbation féminine regroupant plus de 6000 témoignages, en faveur de l'extase féminine. Sur Gang du clito, Julia oscille entre schémas commentés, images d'archives et témoignages.

T'as joui

Avec ses 355K abonnés, ce compte féministe cartonne depuis le 15 août dernier, date de sa création par Dora Moutot. Elle ose aborder ce sujet parfois encore tabou, de manière légère et populaire afin de démystifier le plaisir et la jouissance féminine. Les femmes témoignent et partagent leurs expériences intimes à travers ce compte aujourd'hui devenu célèbre. Elles osent se poser des questions et remettre en question les normes oppressantes dont elles sont les victimes afin de faire face aux comportements sexistes.

https://www.lebonbon.fr/paris/les-tops-insolite/top-comptes-instagram-sexualite-feminine/

Jouissance club

Jouissance Club est devenu une référence sur Instagram en matière de sexualité depuis son lancement en juin 2018. Ce compte déchiffre avec pédagogie le plaisir sexuel des femmes et des hommes. De nombreux conseils sont donnés pour se faire du bien à soi-même et à notre partenaire à travers des dessins, des légendes explicatives et des courts textes. À chaque fois, le ton est toujours très relax et déculpabilisant, à l'image de ce que doit être la sexualité. Fort de son succès, Jouissance Club s'est décliné aussi en livre avec *Jouissance Club, une cartographie du plaisir*. On y trouve parle anatomie, lâcher prise et jouissance, évidemment.

Petites Luxures

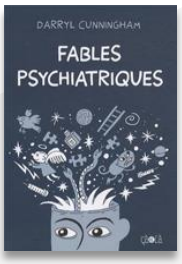
Depuis 2014, Petites luxures dessine les préliminaires, les rapports sexuels ou encore la masturbation avec finesse et poésie. Chaque publication est remplie d'érotisme et de délicatesse. Derrière ce compte, il y a Simon Frankart. Pour trouver l'inspiration, il demande aux personnes qui le suivent de lui envoyer des anecdotes coquines. Chaque dessin est accompagné d'un titre, toujours bien choisi, pour rendre l'atmosphère encore plus sensuelle. Plus d'un million de personnes suivent Petites Luxures et laissent leur imagination faire le reste.

https://www.gael.be/bien-etre/psycho/5-comptes-instagram-qui-parlent-de-sexualite-sans-tabou

Orgasme et moi

Près de 253 000 personnes suivent le compte Instagram de Charline, Orgasme et moi. Les publications recensent des témoignages de femmes et d'hommes venus parler de leur orgasme et leur sexualité. Ils se mettent à nu en parlant de leurs complexes physiques et sexuels. On y découvre une sexualité à la fois bienveillante et touchante. Dans une interview accordée à Brut, Charline explique avoir reçu de nombreux messages de jeunes femmes et jeunes hommes désireux de s'instruire sur le plaisir sexuel. "Je préfère mille fois qu'ils viennent s'éduquer chez moi où il y a de la diversité, où on parle de partage de plaisir, où on parle d'oser exprimer ce qu'on aime, ce qu'on n'aime pas, les limites, le consentement".

La maladie mentale en bande dessinée

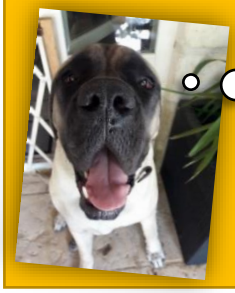


C'est à partir de son expérience d'aide-soignant, pendant huit ans, dans une unité psychiatrique pour patients difficiles au Royaume-Uni, que Darryl Cunningham a composé une bande dessinée présentant, à partir d'exemples concrets, un panorama des maladies mentales auxquelles il a été confronté : démences, dépression, schizophrénie, trouble bipolaire… Outre une description aussi crue qu'évocatrice de la vie en établissement psychiatrique, ce témoignage présente des informations claires et précises sur les principaux symptômes, avec la volonté constante d'expliquer pourquoi et comment le comportement des patients peut paraître aberrant à leur entourage.
L'objectif est d'en finir avec la stigmatisation dont les malades font l'objet, et qui ne fait qu'ajouter de la souffrance à la souffrance. Les dessins sont simples et parfois très poétiques, comme lorsqu'il s'agit d'illustrer les idées suicidaires ou encore la façon dont s'émiettent l'univers, les souvenirs et l'identité d'un dément. Tout cela n'exclut pas l'humour, comme lorsqu'un inquiétant sociopathe devient avocat, ou quand l'infirmier oublie lui-même les chiffres des deux digicodes destinés à empêcher de sortir les petits vieux à la mémoire qui flanche.

Le livre se charge d'une émotion particulière lors du dernier chapitre, quand l'auteur explique avoir interrompu son écriture pendant quatre ans, rongé par une dépression, une timidité maladive de longue date, la tentation du suicide, et l'échec de sa formation d'infirmier psychiatrique. Au final, cette œuvre constitue une manière élégante et efficace de battre en brèche les préjugés tenaces chez le grand public… et, malheureusement, chez quelques psychologues. Il montre aussi par l'exemple, ce qui ne plaira pas à tout le monde en France, que l'approche médicale des troubles mentaux n'exclut pas l'humanisme.

JeanFrançoisMarmionhttps://www.scienceshumaines.com/la-maladie-mentale-en-bande-dessinee_fr_31324.

LA pensée du Petit Mario

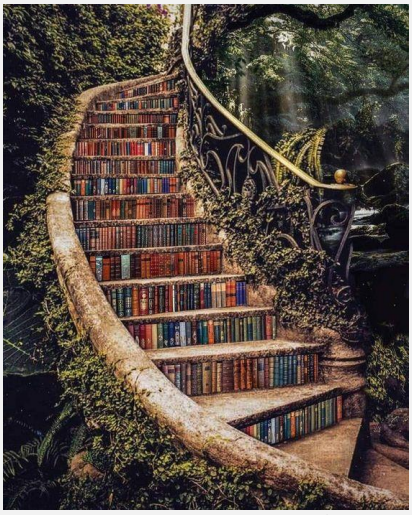


Il y a des familles où tout ce qui touche à la sexualité est considéré comme sale ou défendu. On ne sait plus alors si on est un enfant de l'amour ou un enfant de la FAUTE..

Bibliothérapie, une autre lecture

Comme vous le savez j'aime beaucoup les livres et leur lecture me procure beaucoup d'émotions qu'elles soient positives comme la joie, l'envie de découvrir un nouveau lieu…, ou négatives comme la tristesse, la peur… J'ai, il y a quelques années, lu deux ouvrages sur la bibliothérapie : l'un de Régine Detambel [1] et un autre de Michael Uras [2]. Curieuse de cette thérapie qui utilise mes amis les plus précieux, je me suis donc lancée dans une petite recherche autour de la bibliothérapie dont je vais vous faire part.

Commençons tout d'abord par sa définition, Wikipédia en propose une qui a le mérite d'être courte et concise : « La bibliothérapie désigne en premier lieu les vertus thérapeutiques de la lecture.»



Peut-être vous demandez-vous depuis quand existe la bibliothérapie ? Pour répondre à cette question connaître un peu d'histoire nous est utile et si nous remontons jusqu'à la Grèce antique, nous voyons écrit sur le fronton de la bibliothèque de Thèbes : « La poitrine médicinale de l'âme.»

Au fur et à mesure des siècles il est possible de trouver des exemples de thérapies par les livres, mais il faut attendre le début du XXème siècle pour qu'un auteur en parle. Il s'agit de Marcel Proust dans son texte « Sur la lecture » dans lequel il fait le lien entre thérapie et lecture.

C'est aux Etats-Unis, lors de la première guerre mondiale que les premières expériences concrètes ont eu lieu. A l'époque Sadie Peterson Delaney créait, pour les anciens combattants, une bibliothèque en fonction de leurs besoins. Mais c'est surtout depuis le début des années 2000 que la bibliothérapie s'est vue reconnue dans les pays anglo-saxons. Et en France ? La bibliothérapie fait l'objet d'une première thèse de médecine, soutenue en 2009 par le Dr Pierre-André Bonnet : La Bibliothérapie en médecine générale [3]. Le médecin y soutient la vision anglo-saxonne du livre comme « outil thérapeutique » et de la lecture comme « traitement curatif ».

Mais alors comment prouver l'efficacité de la bibliothérapie ? Une étude publiée dans la revue scientifique en ligne « Plose.one » porte sur 200 patients diagnostiqués dépressifs. 100 patients ont été mis sous antidépresseurs. Les 100 autres ont suivi un programme de thérapie par la lecture de l'ouvrage Overcoming depression (Dépasser la dépression, de Paul Gilbert), complétée par des groupes de discussions autour de cette lecture. Au bout de quatre mois, 42,6 % des patients-lecteurs ont vu leur degré de dépression réduire nettement contre 24,5 % des malades médicamentés. Après un an, les patients-lecteurs s'avéraient plus aptes à gérer leur dépression que les autres.

Il existe deux formes de cette thérapie, la bibliothérapie informative et la bibliothérapie créative que nous allons détailler :

La bibliothérapie informative est souvent utilisée dans les thérapies cognitivo-comportementales (comme dans l'étude ci-dessus), elle sert à éduquer et à informer les personnes ayant des troubles diagnostiqués. Pierre-André Bonnet identifie trois manières différentes de prescrire la bibliothérapie lors d'une consultation chez un médecin généraliste: « En premier lieu, le conseil de lecture non spécifique. La lecture est ici conseillée comme un moyen de s'extraire des difficultés, ou pour amener le patient à mieux comprendre son problème […] En deuxième lieu, le conseil orienté sur la résolution d'un problème. […] En inoculant par la lecture des notions théoriques on agit de manière non intrusive, sans surmédicaliser un problème mineur mais en prenant en compte la plainte du patient […] Enfin, lorsque les troubles sont marqués soit par leur gravité soit par leurs conséquences dans la vie quotidienne […] La prise en charge comprend un suivi en consultation classique associé à la lecture d'un livre spécifiquement écrit pour la gestion d'un problème. »[3].

Il s'agit ici d'une d'éducation par la lecture permettant au patient de mieux comprendre sa maladie et donc d'avoir un effet par exemple en diminuant ses angoisses.

La bibliothérapie créative, elle, emploie la littérature de fiction ou la poésie, pour interpeller l'imaginaire du patient. Ainsi elle propose une expérience existentielle et linguistique, qui permet au lecteur de devenir sujet. Ici, la fonction du bibliothérapeute est par conséquent d'inciter l'individu à devenir le lecteur de lui-même.

La bibliothérapie créative (que Régine Detambel a renommé biblio-créativité) est une animation culturelle relationnelle mobilisant divers outils (lecture à voix haute, écriture, dessin, carnets, médiation par les objets…) et permettant d'accompagner tous les publics en quête de sens, d'éveil ou d'apaisement, qu'il s'agisse d'enfants ou de personnes âgés. Elle permet de se former à l'utilisation de textes pour « prendre soin »[1].

Dans la bibliothérapie créative, la lecture à voix haute est une part importante de la thérapie. En effet comme l'explique Régine Detambel [1], c'est cette lecture à voix haute qui a sauvée Goethe de la mort suite à une passion amoureuse impossible. En 1823 alors qu'il a 74 ans Goethe est passionnément amoureux d'Ulrike von Levetzow une jeune fille de 19 ans dont la famille refuse le mariage. Il se meurt d'amour pour elle et dans un voyage entre Marienbad et Weimar en calèche il compose « L'Élégie de Marienbad ». En arrivant chez lui, il est au plus mal et son ami Zelter le rejoint. Le jour suivant, il lui lira 21 fois ses poèmes. En fin de journée Goethe se sentira mieux et finira par se remettre de ce dernier chagrin d'amour.

Cette guérison selon, Régine Detambel, s'explique par le fait que la lecture à voix haute « C'est encourager les forces de vie face à l'épreuve, c'est aider la personne à « se retrouver », dans l'intimité du texte qui caresse sa gorge qui descend profondément dans son ventre…Elle met en contact… Avec le plus profond de l'organique »[1].

La lecture à voix haute selon Michel Petit « féconde le lecteur, elle éveille son intériorité, … met en mouvement sa pensée. »[4]. C'est par ces mouvements de l'âme et de la pensée que Goethe ne s'est pas laisser consumer par cette passion amoureuse.

Certaines recherches montrent que la lecture d'un verbe, d'une action, par l'activation des neurones miroirs, stimule les mêmes zones du cerveau que si nous faisions cette action [1]. L'activité de lecture est donc active et ce d'autant plus qu'elle se fait à voix haute. Elle s'adresse directement au corps et donc aussi à ce qui a été vécu dans la période préverbale, quand les ressentis ne peuvent encore se dire.

La « Bibliothérapie jeunesse » est utilisée à travers les histoires pour aider les enfants à comprendre leurs problèmes personnels et leurs émotions. Jean Gervais, spécialiste québécois en psychologie de l'enfant, a révélé, en 2013, les bénéfices de la « bibliothérapie jeunesse » dans un programme de prévention des troubles anxieux à l'école primaire pour des enfants de 9 à 12 ans. On peut observer que chez l'enfant, la bibliothérapie permet de générer des pensées aidantes grâce à trois actions :

L'identification, car l'enfant lecteur se projette dans le livre et peut se reconnaître dans le héros de l'histoire.

L'engagement émotionnel par cette identification, il a accès aux émotions des personnages et peut les éprouver personnellement.

L'intégration, l'enfant peut faire un lien entre les actions du héros et ce qu'il lui est possible de mettre en œuvre pour se sortir de situation difficile. Plus particulièrement pour les enfants angoissés, la lecture leur permet de voir qu'ils ne sont pas seuls soumis à des pensées négatives, qu'ils ont eux aussi des idées pour s'adapter. De plus, gérer leurs émotions lors de la lecture, leur prouve qu'ils sont tout à fait capables de le faire aussi dans la vraie vie.

Selon Régine Detambel, **le livre crée un lieu psychique** qu'elle compare à l'espace transitionnel qu'a décrit D.W.Winnicott. Il permet les échanges entre le monde psychique interne et le monde extérieur. Quand on sait l'importance de la mise en place de cet espace dans l'enfance, on comprend la force bénéfique que peut avoir la lecture dans la construction psychique de l'enfant.

Effectuée tout d'abord par le ou les parents, c'est le moment de l'histoire du soir qui selon Michel Petit, permet de supporter le noir, la séparation d'avec les parents, la peur de les perdre et la peur de mourir. C'est la fiction qui, parce qu'elle est en dehors de la vie quotidienne, permet à l'enfant de se relâcher et de pouvoir faire face à la séparation.

La formation en France des bibliothérapeutes.

Il ne s'agit pas d'une profession reconnue en France, et il existe très peu de bibliothérapeutes sur le territoire français actuellement. La première, et jusqu'à récemment seule formation proposée à ce jour est celle de Régine Detambel à Montpellier. Bien que cette profession ne soit pas reconnue, le ou la bibliothérapeute doit posséder certaines caractéristiques essentielles telles que l'amour de la littérature, le désir d'aider les autres et une stabilité émotionnelle.

Le rôle le plus important du bibliothérapeute se situe dans le choix du livre qui devra être riche, entre autre en métaphores, pour pouvoir accueillir le langage personnel, les pensées, les visions du monde et la singularité des sentiments de chaque lecteur. Selon Paul Ricœur, nous ne pouvons nous comprendre nous-même, comprendre nos sentiments et nos émotions que par l'intermédiaire de la langue et de ce qui a été écrit. Nous n'avons pas d'accès direct au « réel pur, nu, sans mise en forme préalable » [1]. Le choix du livre pourra permettre de redonner une puissance d'imagination et de création, par l'identification, et par l'interprétation, de combler un espace psychique où il y a du manque.

La bibliothérapie et la maladie.

Face au malade, si le médecin traite le corps et ses symptômes il ne tient pas forcément compte des répercussions psychiques de la maladie, c'est là qu'entre en jeux la bibliothérapie. Elle peut apporter du sens, et redonner une identité au patient qui a parfois été réduit à sa simple maladie.

Selon la poétesse et psychothérapeute Lucie Guillet, c'est le fluide poétique qui peut avoir une efficacité sur la maladie mentale, organique ou en cas de trauma. En 1946 dans son essai « poéticothérapie », elle explique que le rythme des vers agit comme le cœur de la mère sur son bébé.

Le traitement est fait à haute voix par le patient ou dans sa tête. Elle note un effet différent selon le nombre de vers, par exemple 4+4+4 est un excellent calmant [1]. Elle décrit comment la récitation en cherchant les mots exacts du poème dans sa tête peut permettre au sujet de s'isoler en cas de début de crise de panique, et préconise dans ce cas précis la récitation intérieure de quatre vers de Cyrano de Bergerac d'Edmond Rostand :

« Ce sont les cadets de Gascogne
De Carbon de Castel-Jaloux,
Bretteurs et menteurs sans vergogne,
Ce sont les cadets de Gascogne. »

Selon Alain Ouaknin, « La parole de l'autre dynamise notre univers psychique »[5], car elle nous permet de sentir à nouveau des émotions et donc de nous réinventer. Ces émotions transmissent par la lecture sont, toujours selon Alain Ouaknin, « déchargées de leur force nocive »[5], et offrent une sécurité émotionnelle.

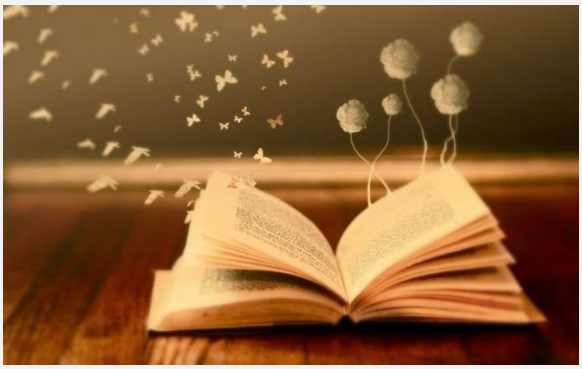
La lecture permet des résonances entre les aires cérébrales du langage et le lobe temporal qui, entre autres, régit les souvenirs et l'émotivité, une étude de lecteurs dans une IRM l'a objectivé [1]. Ces résonances permettent le travail psychique comme lors d'une psychothérapie. La métaphore dans les livres joue un rôle particulier et important comme d'ailleurs Jacques Lacan l'a montré dans « La métaphore du sujet », où il explique que la métaphore rend compte de la condensation dans l'inconscient et permet d'avoir accès à des parties inconscientes par définition non accessibles en temps normal.

Je terminerai par une citation d'Hélène Cixous dans Philippines : « Chacun de nous a un livre secret. C'est un livre chéri. Il n'est pas beau. Pas grand. Pas si bien écrit. On s'en fiche. Car il est la bonté même pour nous. L'ami absolu. Il promet et il tient ce qu'il promet. Nous l'oublions mais il ne nous oublie jamais. Il sait tout de nous mais il ne sait pas qu'il sait. »

Quel est votre livre secret ? Le mien est « Cyrano de Bergerac » qui m'accompagne depuis très longtemps, que j'avais effectivement oublié et qui s'est rappelé à moi très justement dans ces derniers mois. Je vous souhaite à tous d'avoir un livre secret...

Bénédicte

Sources :
Sites internet :
Page Wikipedia sur la bibliothérapie.
Punctum scriptum article sur la bibliothérapie
bibliotherapie-suisse.ch
Livres :
[1] Régine Detambel. « Les livres prennent soin de nous pour une bibliothérapie créative. »
[2] Michael Uras. « Aux petits mots les grands remèdes. »
[3] Pierre-André Bonnet. « La bibliothérapie en médecine générale, médecine humaine et pathologie. »
[4] Michel Petit. « Éloge de la lecture. »
[5] Alain Ouaknin « Bibliothérapie. Lire, c'est guéir ».



« Il était une fois... Jack l'Éventreur »

https://doi.org/10.3917/top.117.0155

(Résumé)

Jack l'Éventreur (*Jack the Ripper*) est un tueur en série du Londres de la fin du XIXesiècle, premier « serial killer » connu dont l'identité n'a jamais été établie. L'affaire pleine de rebondissement autour de divers suspects entraîna des émeutes, et même la démission du chef de la police londonienne.

Depuis, différentes hypothèses concernant l'identité du meurtrier ont été émises, il s'agit d'un cas d'école pour les criminologues. Qu'en est-il pour la psychanalyse ?

« Freud selon certains témoins ne lisait plus à la fin de sa vie que des romans d'Agatha Christie (Mijolla-Mellor, 2006.) Le psychanalyste ne peut qu'être fasciné par cette « banalité du mal » qui interroge nos illusions civilisatrices ».

Entre la pathologie du criminel, son lien avec la victime et ce qu'elle est venue réveiller d'inconscient, on retrouve le schéma tant usité par les grands maîtres contemporains du « thriller » : Mary Higgins Clark, Patricia Cornwell, James Ellroy, Maxime Chattam etc. Le lien entre la victime et l'histoire personnelle du criminel fait partie des moyens d'investigation au même titre que les tests balistiques ou ADN. Même si Jacques l'Eventreur reste un inconnu, il suscite la fascination.

Ces lettres où l'Éventreur étale son triomphe sadique et mégalomaniaque « participent à cette atmosphère d'inquiétante étrangeté dans laquelle le passé, le présent et l'avenir tendent à se confondre. Or ces catégories de la pensée, même si elles sont fragiles, restent quoi qu'il en soit l'un des supports les plus indiscutables de la santé mentale et du principe de réalité décrit par Freud. Leur basculement nous plonge dans un cauchemar à la Macbeth ».

Les serial-killers comme Jack l'Éventreur ne nous plongeraient -ils pas volontairement dans un « conte de fées à l'envers » ?

« L'inverse du conte de fées, ce n'est pas le roman d'horreur. Tous deux participent d'une relation, certes différente, au plaisir de la sublimation (La notion de télescopage entre fantasme et réalité (Aulagnier), Mijolla-Mellor, 2004.),...

Lorsque Stephen King raconte l'histoire d'un homme qui consulte un psychanalyste pour avoir laissé mourir ses parce qu'il ne les a pas crus quand ils lui disaient que le Croquemitaine était dans leur chambre, et qui découvre à la fin qu'il a affaire à un Croquemitaine, vêtu d'un masque de psychanalyste, le lecteur reste à l'abri de l'écran du rêve dont parle Bion. Stephen King écrit avec sa plume. Jack l'Éventreur écrit avec son couteau (Mijolla-Mellor, 2009).

Une patiente schizophrène de Winnicott lui demandait s'il l'avait réellement mangée lors de son repas de Noël. Dans l'une des lettres de l'Éventreur, celui-ci affirme avoir fait griller et dégusté l'autre moitié du rein de sa victime, joignant à son courrier la moitié-témoin, véritable « équation symbolique » en l'occurrence (Segal, (1957, 2007)).

Si les contes de fée, en tant que support de la croissance psychique, détiennent certains invariants structuraux, « les crimes des serial killers, en tant que support de la destruction de la pensée (anti-K au sens de Bion) obéissent également à certaines règles précises. La plus importante étant celle de la récidive et de ce qu'elle inflige de cauchemardesque. Il s'agit de la terreur sans nom que suscite l'entrée dans une scène de crime à la fois actuelle, et dont on connaît déjà la fin. »

« Ils furent heureux et eurent beaucoup d'enfants » dit l'auteur du conte. « Avec moi, vous n'en aurez jamais fini ! » dit celui du crime à répétition. La logique de la pulsion de mort est ici inscrite dans cette répétition — les pulsions libidinales qui se satisfont chez le meurtrier dans le carnage, ne sont, ici, que secondaires. Les serial killers, chacun avec plus ou moins d'habileté, ne visent qu'à cela : construire, tels des artificiers, une machine infernale à détruire la pensée des autres. Comme si ce n'était qu'à cette condition que leur intégrité psychique pouvait être préservée, et même renforcée. Et en effet, ça marche, ainsi les experts qui les reçoivent quand ils se sont fait prendre, estiment le plus souvent qu'ils ne sont pas fous.

C'est sa rencontre avec le réel qui caractérise le pervers, nous dit François Perrier. L'on se souvient du célèbre « *Darling, it's me* » (Chérie, ce n'est que moi ! ») lancé par l'acteur Jack Nickolson dans le *Shining* de Stanley Kubrick. Mais là, le héros est réellement fou. Tandis que le serial killer lui, grave en lettres de sang, en toute dérision et mégalomanie, la maxime de Pascal : « Les hommes sont si nécessairement fous que ce serait être fou par un autre tour de folie que de n'être pas fou ».

Drossart, F. (2011). « Il était une fois... Jack l'Éventreur ». Topique, 117, 155-161. https://doi.org/10.3917/top.117.0155

De danse, de corps, dedans, dehors …

Une femme qui danse l'inconscient en toute conscience
Ephémère du tracé, elle articule la relativité
Elle est tout ça, elle n'est que ça,
Tracé du geste, Elle danse sans corps

Elle n'est qu'elle-même mais se déploie
Rebondissement de l'élan, conséquence du mouvement,
Résonnance du vivant
Tracé d'une vie, Elle danse encore

Technique, discipline, pression, …
Explosion incarnation, libération
Que d'humilité, la créature accouche d'un symbole

D'une vérité à cueillir tel un fruit sur l'arbre,
Ça parle et Ça se dit et Ça se connaît,
Libre en ce qui le contient

Canal d'énergie multidirectionnel,
Touchante est la femme qui danse,
Evidente, l''étoile filante s'offre à l'attentif

Tracé des lignes, Elle danse en corps
Elle sait les faims et connaît la fin
Recréant le miracle de l'instant T,

Pleine, elle offre ce qu'elle est, elle offre ce qu'elle sait.
Tout chante en la femme qui danse

A.Darsel

Le Billet Doux

Il y a un écureuil, ses griffes agrippent l'arbre immense. C'est son royaume.

De l'éblouissante "Panthère des neiges" au merveilleux "Chêne", des longs métrages mettent à l'honneur les animaux sauvages. La Nature se révèle poétique.*

Assis, au fond d'une salle obscure, nous admirons la perfection des écosystèmes. Ces images nous bouleversent, tant nous nous sentons coupables. La Main de l'Homme, souvent cruelle, a tellement détruit.

Ces films expliquent la Nature, ce sont des œuvres militantes. Si l'on éduque les regards, si l'on comprend les modes de vie et les besoins des animaux, alors peut-être pourrons nous sortir de notre ignorance meurtrière.

Ce regard neuf, lavé de fausses croyances est celui du psychanalyste. Accueillir l'autre, dans le respect et la compréhension de sa singularité, accepter les différences, s'enrichir de diversité.

Loin d'une Vérité prépensée, l'Analyse nous fait cheminer sur un sentier incertain mais lumineux. Nos pas sont souvent hésitants, quelquefois assurés, jamais conquérants. L'écureuil, flamboyant dans sa parure rousse, nous le dit du haut de son chêne bicentenaire, nous ne sommes maîtres d'aucun royaume.

Erika Jouval

La femme qui danse

De danseuse Étoile à chorégraphe de sa propre compagnie « le Théâtre du Corps », cette artiste singulière a choisi de vivre la danse comme un art total. Dans ce seule en scène, Pietra révèle l'indicible de son métier et de son art, et est tour à tour guide et témoin, muse et créatrice, actrice et danseuse. Se définissant comme une femme qui danse, Pietra nous dévoile en confidence ce qui constitue un parcours de vie. ***« Je suis un animal dansant, un être incarné et désincarné qui évolue au gré d'un rythme intérieur, d'un souffle musical, d'une conscience éclairée. »*** *Marie-Claude Pietragalla*

https://www.ticketac.com/spectacles/marie-claude-pietragalla-la-femme-qui-danse.htm

En tournée du 06/02/21 au 18/06/22

Encore quelques villes à venir : Mérignac, Nantes, Annecy, Marseille, Asnières sur Seine, Nice, Plougonvelin.

Qui suis-je ?

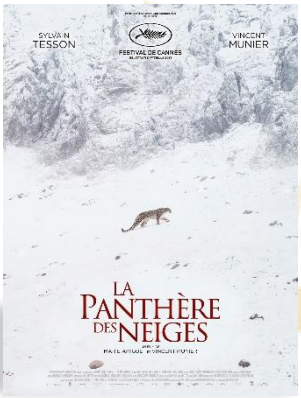
Docteur en médecine en 1962, je suis analysé par Conrad Stein et Denise Braunschweig. Accepté comme membre adhérent de la Société psychanalytique de Paris en 1968, puis comme membre titulaire en 1975, j'ai co-dirigé le séminaire de perfectionnement, fondé par Sacha Nacht, de l'Institut de psychanalyse (1974-1989).

J'ai fondé en 1985, de l'Association internationale d'histoire de la psychanalyse, crée et dirigé la Revue internationale d'histoire de la psychanalyse, publiée par les Puf, durant ses six ans d'existence (1988-1993) ainsi qu'une collection d'historiographie freudienne, où paraissent notamment une traductions des Controverses Anna Freud-Melanie Klein.

Attaché à l'historiographie de la psychanalyse française, je poursuis mon étude de l'évolution de la psychanalyse française dans *La France et Freud*, le premier tome étudiant la pénible renaissance du mouvement en 1945, jusqu'à la première scission au sein de la société psychanalytique (1946-1953) et le second tome relatant la constitution d'un réseau autour de plusieurs sociétés, depuis la Société française de psychanalyse jusqu'à l'École freudienne de Paris5.

Je dirige l'édition du Dictionnaire international de la psychanalyse et plusieurs collections psychanalytiques, notamment « Confluents psychanalytiques » (27 volumes parus entre 1980 et 1993, aux Belles Lettres et « Histoire de la Psychanalyse » (1988-1998, 21 volumes publiés) aux Puf.

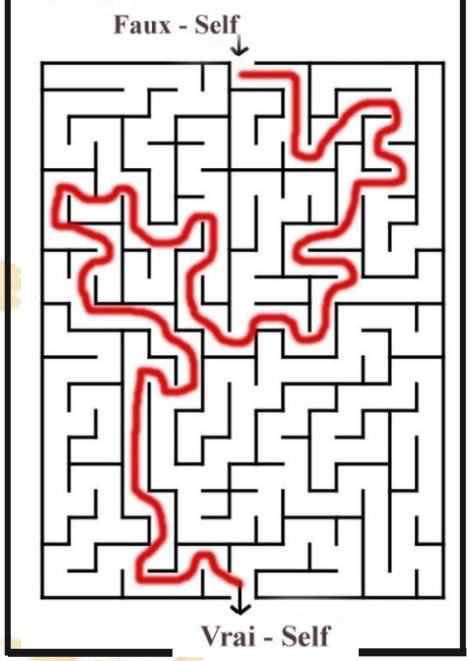
Ma vie s'est achevée le 24 janvier 2019 et je suis cité en référence dans ce numéro de Psy Chic.



***LA PANTHERE DES NEIGES**

Au cœur des hauts plateaux tibétains, le photographe Vincent Munier entraîne l'écrivain Sylvain Tesson dans sa quête de la panthère des neiges. Il l'initie à l'art délicat de l'affût, à la lecture des traces et à la patience nécessaire pour entrevoir les bêtes. En parcourant les sommets habités par des présences invisibles, les deux hommes tissent un dialogue sur notre place parmi les êtres vivants et célèbrent la beauté du monde.

Réponse au jeu du dernier numéro



L'inégalable Chat de Philippe Ge-

Une série pédago pour ados

Simple et sans tabou autour de toutes les sexualités, SEXE EDUCATION répond aux questions des ados avec humour et réalisme.

Le jeune Otis Milburn, dont la mère est thérapeute / sexologue, refuse les questions ou conseils de celle-ci à propos de sa propre sexualité, alors qu'il est vierge et qu'il ne parvient pas à se masturber. Par un concours de circonstances, Otis se retrouve à aider la terreur du lycée, Adam, qui a pour sa part des problèmes d'éjaculation. Témoin de cette thérapie improvisée, Maeve Wiley, une jeune rebelle qui vit sans parents et a des problèmes d'argent, propose à Otis de créer un « cabinet de sexologie » au sein du lycée.

La phrase du petit Mario était cette fois-ci de Françoise Dolto