



Quand nos émotions nous gouvernent

le témoin

« L'analyse est une aventure émotive-affective »

Marie-Laure
Léandri

Psychanalyste (1)

« L'émotion, au sens propre du terme, n'est pas au départ un concept de la psychanalyse, qui préfère parler d'affect. L'affect, dans une échelle de mentalisation, est au-dessus de l'émotion : il est plus dicible et témoigne déjà d'une représentation, d'une élaboration, qui signe une certaine vitalité psychique. L'affect se met en mots. L'émotion, elle, est avant tout corporelle. Pour le dire grossièrement, quand l'affect circule, on a moins besoin d'aller voir un analyste.

Ceci précisé, l'analyse n'ignore pas les émotions. C'est une aventure émotive-affective. Pour le psychanalyste, l'émotion qu'il voit, qu'il constate chez son patient est un indicateur. Quelqu'un qui rougit au moment où il vous dit que ce qu'il vous raconte est anodin signale évidemment quelque chose à son analyste. Pour la psychanalyse, l'émotion n'est pas synonyme de vérité. Sur ce point, elle va à l'encontre de l'emballage pour les émotions que l'on observe dans la société contemporaine. Il faut se méfier de cette espèce d'adhésion immédiate, qui dit : "C'est de l'émotion, c'est bon." Non, c'est de l'émotion. Point. Le travail de l'analyse sera de chercher de quoi elle est le signe. L'objectif est de faire élaborer peu à peu par le patient les représentations inconscientes qui sont derrière ces émotions : les traumatismes, les désirs inconscients refoulés et donc interdits, etc.

En séance, l'émotion du patient va pouvoir revêtir deux aspects. Il y a l'émotion qui est liée à son histoire. Il y a aussi l'émotion ressentie par le patient à dire cette émotion, et la recherche par le patient d'émouvoir. Dans ce cas-là, à quelle place suis-je pour lui ? Que cherche-t-il à revivre ?

Le travail de l'analyse permet de passer d'une émotion brute à l'élaboration d'une pensée affectée. Elle permet au patient de devenir lecteur de lui-même et de ne pas être seulement spectateur de son émotion. À l'issue d'une cure, une réalisation serait que l'émotion ne prenne pas le pas sur les autres capacités de la personne. On a, en français, cette expression "être le siège des émotions". Or, être assiégé en permanence n'est pas confortable ! Pouvoir passer du registre de l'émotion à celui de l'affect et à celui de la représentation permet une vie relationnelle plus harmonieuse.

Du côté de l'analyste, l'émotion est aussi présente. Il n'y a pas d'analyste qui ne ressente pas d'émotions durant une analyse. Aux États-Unis, certains psychanalystes promeuvent la "self disclosure", le fait de s'ouvrir de ses émotions à son patient. En France, nous sommes nombreux à penser que c'est risqué, car cela met les deux partenaires dans une sorte de dyade où le patient peut se perdre. Cette émotion ressentie doit être reçue par l'analyste comme un si-

gnal. Il faut que l'analyste détaché ce qui lui appartient et le garde pour lui et, en même temps, qu'il puisse saisir ce moment particulier pour essayer de comprendre ce que le patient veut lui dire, qu'il ne lui dit pas, et qui, pourtant, fait qu'une émotion forte s'est transmise.

L'émotion de l'analyste est un sujet à prendre avec beaucoup de délicatesse pour qu'il n'encombre pas la vie psychique du patient. Il y a certainement une part émotionnelle dans la rencontre, mais le psychanalyste cherche la compréhension et non le partage, qui serait vécu comme une séduction. »

Recueilli par Élodie Maurot

(1) Elle a dirigé avec Hélène Suarez-Labat l'ouvrage collectif *L'Émotion* (Puf, 208 p., 20 €).

Demain Des robots pour décrypter nos émotions ?

« Le travail de l'analyse permet de passer d'une émotion brute à l'élaboration d'une pensée affectée. Elle permet au patient de devenir lecteur de lui-même. »

