

Atelier de psychagogie

Technique de mobilisation des énergies vers son être idéal

La psychagogie est une psychothérapie intégrative. Elle donne de la cohérence à de nombreux courants de pensée, de la rhétorique de Platon à l'hypnose éricksonienne, en passant par l'autosuggestion d'E. Coué, la suggestion de Bernheim, les travaux psychanalytiques de Jung, Freud et Adler, et surtout la première synthèse faite par Charles Baudouin, et son œuvre sur la mobilisation des énergies.

Prospective avant tout, la psychagogie, étymologiquement « qui conduit l'âme », est une technique orientée vers les ressources propres du sujet, afin de déterminer les futurs possibles de la personne. Par l'analyse des instances psychiques (moi, surmoi, persona, etc.) et de leurs tendances, c'est-à-dire de leur vitalité, orientation et collaboration, il est possible de repérer les configurations anxiogènes (paralysie du moi, faux self, faiblesse des pare-excitations, etc.), et les fonctionnements morbides (complexe spectaculaire, complexe d'Œdipe, ...).

Le but du thérapeute est d'accompagner le patient dans son champ inconscient afin de déterminer son être idéal (le soi), de réorienter les tendances afin de s'en approcher (par le recours au primitif, à l'automate, ...), de réduire les sources de dysfonctionnement, de mobiliser les énergies en panne, afin de rétablir une bonne économie énergétique psychosomatique.

Si la technique est platonicienne, car « *la psychagogie a comme caractère majeur de viser l'individuel, les dispositions propres à tel ou tel homme, afin de modifier l'état de l'âme, en lui faisant recouvrer la sérénité, en captant son attention* » (l'art de parler, dans Phèdre de Platon), l'approche n'est pas étrangère à l'école de Nancy (Bernheim, Coué, Baudouin) et l'école de Palo Alto (Erickson) car « *capter l'attention* » n'est-il pas une technique de conscience modifiée, afin de mettre le patient en état de suggestibilité ?

Les souffrances manifestes dans notre culture judéo-chrétienne sont consécutives à un déséquilibre paradigmatique en faveur des valeurs morales socratiques. Un rééquilibrage est apporté lorsqu'il apparaît chez le sujet une absence, ou méconnaissance, des valeurs présocratiques (vertus, maturité, ataraxie, respect, immanence et liberté). La psychagogie, en tant qu'outil qui permet d'ébranler les certitudes afin d'ouvrir l'individu à une morale universelle, au-delà donc de sa propre culture, est une technique d'autonomisation morale (Gustave Hennuy, 1961).

L'autre particularité de la psychagogie, si on la compare à la psychanalyse qui explore également l'inconscient (personnel, familial et collectif), c'est, à la différence des autres approches qui sont centrées sur le moi (ou égocentrée), d'être centrée sur l'ombre, c'est-à-dire scotocentrée (de scotome, tache aveugle). Pour arriver à cette cartographie des instances psychiques centrées sur l'ombre (le refoulé), j'introduis une notion nouvelle, le surmoi, qui sert de pare-feu au soi contre l'ombre, de la même manière que le surmoi protège le moi des effractions de l'ombre.

Afin d'être clair dans mon propos, voici deux exemples pathogéniques.

Le premier cas concerne la défaillance du surmoi (l'acquis), qui laisse le moi (archaïque) se faire agresser par l'ombre (hors la loi), amenant le sujet à la culpabilité d'un moi défaillant, ce qui génère l'auto-agressivité (cas de la personnalité borderline).

Le deuxième cas, de façon parallèle, décrit la défaillance du surmoi (l'inné), qui laisse le soi (vocation), être détruit par l'ombre (dans sa composante inconscient collectif), pour cette fois amener le sujet à ne fonctionner qu'en tant que persona (Commedia dell' Arte), générant l'hystérie (de la personnalité histrionique).

Pour être complet, voici quelques personnages de référence de mon approche intégrative :

- Antiphon (480-410 ; Athènes) : thérapeute par les mots. Il fait partie des présocratiques. Il institua un art de guérir les chagrins. Il disposa un local à Corinthe, avec une enseigne, où il se faisait fort de traiter la douleur morale au moyen de discours. Il est l'inventeur d'une thérapie fondée sur l'expression des sentiments par les mots, et sur l'interprétation rationaliste des rêves. « *L'île des songes est proche de deux sanctuaires, de tromperie et de vérité* ».
- Hippolyte Bernheim (1840-1919 ; école de Nancy). Il invente le terme de psychothérapie, à savoir, dans son sens initial, applications thérapeutiques de la suggestion. « *La suggestion est née de l'hypnotisme comme la chimie est née de l'alchimie* ». Il eût comme élèves célèbres Emile Coué en 1885, et Sigmund Freud en 1889.
- Charles Baudouin (1893 à Nancy-1963). Il était professeur de psychologie à Genève. Après avoir établi l'articulation entre les apports de Freud et de Jung, initiant en cela l'approche intégrative, il fonde en 1924 l'Institut International de psychagogie et de psychothérapie, sous le patronage en particulier d'Adler. « *L'alternative Freud ou Jung doit être dépassée ; nous devons être pour la psychanalyse. C'est comme si on vous demandait : êtes-vous pour Newton ou pour Einstein ? Il n'est qu'une seule réponse ; je suis pour la physique.* ».
- Milton Erickson (1901-1980 ; USA). Psychiatre qui a joué un rôle important dans le renouvellement de l'hypnose clinique et thérapeutique, avec, en particulier, l'hypnose éricksonienne, thérapie brève de l'école de Palo Alto. « *La première chose à faire en psychothérapie est de ne pas essayer de contraindre l'être humain à modifier sa manière de penser ; il est préférable de créer des situations dans lesquelles il modifiera lui-même volontairement sa façon de penser.* ».

Nantes, le 11 juin 2015.

Patrick Lambert