

Analyse de Patrice Ranjard

Les vilains petits canards

Boris Cyrulnik

Éditions Odile Jacob, Paris 2001,
280 pages

En 1996, avec *Un merveilleux malheur*, Boris Cyrulnik lançait à la face de la société psy le concept de *résilience*, emprunté à la physique et déjà largement utilisé en psy outre-Atlantique. J'avais reproché à ce livre, dans *Gestalt N° 17*, de ressembler à un maquis corse. Ce nouveau livre ne mérite pas la même critique. On y retrouve même par moments le grand Cyrulnik des deux premiers livres, *Mémoire de singe et parole d'homme* (1983) et *Sous le signe du lien* (1989).

Certes ce sont toujours ses intertitres de deux lignes suivis de sous-intertitres de trois lignes censés donner le contenu du sous-chapitre ; certes, ces intertitres seraient à déplacer, à regrouper, etc., mais du moins les deux grands chapitres ne peuvent être confondus : *la chenille*, c'est avant le langage, et *le papillon*, c'est après.

Le propos du livre est de décrire *comment* se met en place (se « tricote ») la résilience. L'art de Cyrulnik est de trouver les mots qui décrivent de l'intérieur toute la richesse de la situation vécue par l'enfant, donnant au lecteur l'impression de sentir simultanément toutes les dimensions de cette situation et d'en comprendre la com-

plexité. Comment, dès avant la naissance, le milieu constitue au bébé une « bulle sensorielle » qui lui donne la couleur du monde, comment le bébé se constitue (ou non) un « attachement sécure », base de sa future résilience, comment intervient dans cette construction le *sens* attribué par l'entourage aux événements vécus ; comment avec le langage, ce sens devient lui-même modifiable par le sujet... Rien de vraiment nouveau pour le psychologue dans tout cela, mais une nouvelle présentation de la conception *éthologique* du développement humain, si rafraîchissante dans sa complexité ouverte et vivante.

Il ne faut pas chercher autre chose, car sur le plan conceptuel on reste dans le flou. Du premier livre, le lecteur a gardé l'impression que la résilience est une qualité du sujet, qui fait que les malheurs de l'enfance *ne donnent pas automatiquement* un malheureux névrosé ou pervers, n'en déplaise à "Psychozorro". Dès le début de ce deuxième livre, Cyrulnik introduit le concept de "tempérament", sans que les usages qu'il en fait permettent au lecteur de s'en faire une représentation bien nette : pages 20 et 21, le tempérament est façonné par l'environnement (« *l'acquisition des ressources internes imprégnées dans le tempérament dès les premières années* » ; « *le tempérament a été bien charpenté par...* » ; « *le tempérament a été désorganisé par...* ») ; page 27, le tempérament est imprégné dans l'enfant : « *le façonnement précoce des émotions a imprégné dans l'enfant un tempérament, un style comportemental* » ;

et, page 59, le tempérament est inné : « *certains parents ont le bonheur d'accueillir des enfants au tempérament facile* ». Finalement, c'est quoi, le "tempérament" ?

On a une réponse page 70 : « *Le tempérament et le caractère sont deux composantes de la même personne (...) difficiles à dissocier. Admettons que le tempérament constitue la partie héréditaire et biologique imprégnée dans la personnalité. Il se transforme presque aussitôt en caractère, constitué d'attributs, acquis comme un apprentissage* ».

Reconnaissons que la réalité est confuse et la conceptualisation délicate ; il se dégage néanmoins de cette explication que la *personnalité* résulte de l'interaction entre (1^{er}) un *tempérament* héréditaire, biologique, génétique, indépendant de l'environnement et (2^{ème}) toutes les influences de cet environnement exercées dès la grossesse et au cours des premières années, et qui transforment le tempérament en "caractère". Malheureusement, cette relative clarté conceptuelle est limitée aux six lignes de la page 70 citées ci-dessus. On la retrouve dans le passage sur les faux jumeaux, « *qui manifestent des tempéraments très différents* » (pp.90 à 95), mais partout ailleurs on oscille entre :

- (1^{er}) *tempérament*, matériau biologique que les influences externes peuvent « imprégner » (pp.20, 123, 128) ou « façonner » (pp.81, 232, 26), et (2^o)
- (2^{ème}) *tempérament* « acquis » (pp. 116, 155) ou « imprégné dans l'enfant » (pp.27, 74, 121).

Boris Cyrulnik est un homme de récits et de croquis, pas un homme de concepts. En trois phrases, il campe une scène qui fait comprendre qu'il n'y a pas une causalité simple, mais des enchaînements de phénomènes d'ordres divers. Elaborer des concepts, c'est extraire de la complexité continue du réel, des "parties" qui se distinguent (au moins d'un point de vue) de tout le reste et donc excluent ce reste. Cyrulnik est bien trop sensible à la complexité continue des phénomènes entre eux pour être à l'aise dans le "découpage" conceptuel. En tout cas, le regard et la pensée éthologique qu'il cherche à promouvoir sont mieux défendus et transmis par ses récits et ses croquis que par ses concepts. *Les Vilains petits canards* m'ont donné envie de relire ses deux premiers livres, *Mémoire de singe et parole d'homme* (1983) et *Sous le signe du lien* (1989). Tout y est déjà : j'ai plus appris dans cette relecture que dans les derniers livres. En particulier, j'ai re-découvert avec étonnement à quel point la Gestalt est "éthologique".

Comme l'éthologue, le gestaltiste observe les comportements et pas seulement les mots : « *Le psychanalyste entend la manière dont l'adulte interprète et donne sens aux événements significatifs pour lui. L'éthologue observe les comportements qui permettent de rendre visibles et expérimentables les indices de cette vie psychique.* » (*Lien*, p.74)

Comme le gestaltiste, l'éthologue pense en termes de champ, de formes, de rencontre entre l'interne et l'externe :

« Chacune de ces observations pose une question au clinicien, mais l'idée générale à tirer de cette encyclopédie de travaux pourrait s'énoncer de la manière suivante : l'être vivant perçoit certains éléments de son milieu et s'y imprègne selon son équipement génétique, selon le stade biologique de son développement et selon l'histoire qui l'y a préparé. **L'objet d'empreinte tracé en lui représente désormais une forme privilégiée de son environnement.** L'inscription du sujet dans son milieu est ainsi faite : lorsque les traces internes rencontrent cet objet externe, les comportements manifestent la mise en place du lien parental, et, bien plus tard, la mise en place du lien sexuel, comme si la mère écrivait dans l'enfant sa future sexualité ! Cet événement trace dans le cerveau l'aptitude à tisser un lien avec un objet extérieur privilégié. » (Lien, p.185 ; soulignements de P.R.)

Je laisse le lecteur faire les rapprochements qui s'imposent avec la théorie gestaltiste.

Quant à la *résilience*, elle est déjà là en 1989 : « La démarche scientifique s'oppose à la stéréotypie qui dit que les enfants non désirés se développent mal. » (Lien, p.44).

« (...) les enfants qui résistent le mieux à cette privation, ceux qui persistent à solliciter des interactions en s'approchant, en souriant, en inclinant la tête, en, vocalisant, en jouant, sont ceux qui, avant la perte, avaient tissé avec leur mère un attachement épanouissant. » (Lien, p. 269. Voir aussi pp. 95, 119, 195).

En 1989, *Sous le signe du lien* montrait comment se tissent les liens qui feront l'individu plus ou moins "résilient" ; il ne manquait que le mot. *Le Merveilleux malheur* et *Les Vilains canards* n'ajoutent pas grand chose, à part de la confusion. Je crains fort que le concept de *résilience*, tel que Cyrulnik en fait la promotion, ne devienne un cheval de bataille *politically correct* : les mêmes "psychozorros" qui, auparavant, proclamaient le malheur des traumatisés, parleront maintenant de « tisser la résilience » des victimes dans leurs stages de développement personnel ou de thérapie. Et je n'ose pas penser à l'utilisation qu'en pourraient faire des politiques anti-psy ou une idéologie de la supériorité naturelle des "résilients".

Avant de refermer cette note de lecture, je voudrais dire un mot de l'audace lexicale de Cyrulnik. À propos de *résilience*, il emploie soudain le verbe "résilier"... : « *condamnée à se taire, elle ne peut ni oublier, ni résilier* » (p.219) et, p. 222, « *résilier un traumatisme* » (comme on résilie un contrat !) Plus loin (p.259), il cite Paul Claudel, ambassadeur à Washington au moment de la crise de 1929 : « *Il y a dans le tempérament américain une qualité que l'on traduit là-bas par le mot resiliency (...), qui unit les idées d'élasticité, de ressort, de ressource et de bonne humeur.* » Et Cyrulnik de se demander « *pourquoi ce mot français s'est si bien développé aux Etats-Unis* ». Là, je crois qu'il fait fausse route : ce n'est pas un mot français qui a réussi en américain, mais

un mot latin qui a évolué différemment en français et en anglais avant de revenir au français. En latin classique, *salire* c'est sauter, bondir et saillir ; avec le préfixe *re*, *resilire* signifie sauter en arrière, revenir en sautant, se replier. D'où, en latin juridique (tardif), *revenir sur un contrat*, *dissoudre un contrat*, qui donne en français, jusqu'au XVII^e, *résilier* (substantif *résiliment*), qui change de conjugaison et devient *résiler* puis *résilier* (substantif *résiliation*). En anglais, une évolution sémantique différente conduit du latin *resilire*, sauter en arrière, vers *rebondir*, comme un ressort, d'où *élasticité*, *résistance* (avoir du ressort). Selon le Robert, l'anglais crée *resilient* (sur un *resiliens* latin) en 1674 et en 1824 *resiliency* (sur un *resilientia* latin). Mots anglais que des physiciens français traduiront (en 1911 pour résilience et en 1932 pour résilient). Grâce à Boris Cyrulnik et à son percutant « résilier un traumatisme », ces mots reprennent brutalement contact avec leur origine perdue. « Résilier un traumatisme » comme on résilie un contrat ! Quelle belle et féconde métaphore pour les psychothérapeutes ! (Sources : dictionnaires Gaffiot, W.von Wartburg, Harrap's et Robert).

Analyses de Catherine MENTIK-CLOUZARD

L'expérience suicidaire. Choix de vie ou de mort

Daniel Bordeleau
Editions ESF, 1998, Paris.

L'auteur est médecin psychanalyste, responsable de formation clinique et superviseur au département de psychiatrie de l'université de Montréal. Il partage ici son expérience de l'accompagnement des patients suicidaires. Riche d'années de pratique clinique, mais conscient de son imperfection et de son propre rapport à la finitude, il nous livre ses observations. Il nous rappelle que la vie de chaque personne en grande souffrance est une aventure périlleuse.

Daniel Bordeleau pointe la remise en question que suscite le suicide ainsi que la situation inconfortable dans laquelle il met le thérapeute. L'auteur présente une nouvelle approche des patients suicidaires, consistant à observer très précisément ce qui se passe au moment de l'impulsion suicidaire. Il voit dans la richesse de cette expérience, une possibilité de percevoir une signification en tant que signe et symbole. Le suicide, au-delà de la mise en péril qu'il implique, est présenté comme une ultime tentative de vivre autrement.

La première partie de l'ouvrage est

consacrée à la théorie ancrée dans la réalité clinique. Une seconde partie aborde la pratique clinique. Une manière de procéder avec des patients suicidaires y est exposée.

Daniel Bordeleau cherche à décomposer le phénomène du suicide par une exploration en profondeur, passant par les dimensions personnelle et collective. Il marque une distinction entre suicidé et suicidaire, prenant en compte les facteurs risquant de faire basculer un suicidaire vers le choix de mort. Il distingue aussi les signes des symboles suicidaires, reprenant le terme de symbole au sens ou Jung l'entend : c'est-à-dire avec une part d'inconnu qui peut engendrer la recherche de sens. Cette quête peut conduire à un message important et surprenant quand il arrive à la conscience du patient.

Daniel Bordeleau affirme comme Jung, la place et la nécessité des mythes dans l'inconscient et souligne que sens et vie sont étroitement liés. Il est convaincu que l'inconscient archétypal représente un apport important : « *Nombre d'humains ne sont pas en contact avec un mythe créateur qui donnerait un sens à leur vie.* »

Daniel Bordelau développe de concept d'archétype de l'expérience suicidaire se jouant dans la dynamique mort-vie. A ce titre, il évoque quelques contes de fées exprimant des idées suicidaires qui continuent d'alimenter l'inconscient collectif.

Pour ce qui est de la personne suicidaire, « *la rencontre avec le patient doit viser à le rejoindre où il se trouve.* » Cela malgré le

désir de fuir le côté morbide et tout ce qui fait peur dans cette confrontation. Daniel Bordeleau invite à une exploration individuelle, visant à creuser la signification d'une pensée ou d'un acte suicidaire. Il préconise d'appréhender avec le même sérieux un patient manipulateur. L'auteur met aussi en garde contre le danger de vouloir endosser la responsabilité du patient au lieu de « *découvrir ce qui se passe en lui* » et contre « *le danger non négligeable de croire avoir trouvé l'Explication* ». Il vise plutôt ce qu'il appelle un « *éclaircissement* », dans le sens de « *la lumière* » comme « *représentation symbolique de la conscience.* »

Pour finir il expose une série de cas fictifs de patients suicidaires ainsi qu'une classification de représentations possibles. Jamais Daniel Bordeleau ne cherche à apporter de réponses, il développe subtilement une invitation à la vigilance face à tout suicidaire. Il nous propose un voyage complexe avec le fardeau brûlant des données existentielles sur fond de crise profonde.

Cet ouvrage s'adresse avant tout aux cliniciens, mais aussi à toute personne en question autour des problématiques suicidaires.

On peut retrouver des similitudes avec les préoccupations d'un thérapeute gestaltiste, d'ailleurs, je soupçonne Daniel Bordeleau d'être un peu gestaltiste sans le savoir : dans le souci d'accompagner les patients, non pas en tant que suicidaires, mais en tant que personnes dans une dimension holistique, porteuses d'histoires

singulières, ici, avec le ressenti que cela génère aussi chez le thérapeute, etc.

On retrouve un positionnement ancré dans “ l’awareness ”, de façon phénoménologique, ajusté à la personne et mobilisant sa créativité. De même, sans employer le terme de travail sur les polarités, c’est bien de cela qu’il s’agit, quand l’auteur parle de l’idée suicidaire comme un déséquilibre homéostatique qui met en jeu la tension mort-vie.

Je vois dans cet ouvrage une approche largement étayée de la problématique suicidaire, mais aussi une présentation pertinente de la posture d’un thérapeute, composée d’humilité et de finesse.

Libérez votre créativité

Julia Cameron (traduction française)
Editions Dangles, Saint-Jean-de-Brayes, France 1995.

Libérez votre créativité

Anne Bacus et Christian Romain
Coll. Marabout, Allier, Belgique, 1992.

Deux livres qui portent le même titre avec deux approches différentes de la créativité.

Le premier, de Julia Cameron, professeur universitaire et artiste, est sous-titré *Osez dire oui à la vie*. Il s’agit d’une sorte de

programme de réapprovisionnement de sa propre créativité. Une suite d’exercices hebdomadaires est prévue pour une durée totale de douze semaines afin de réconcilier quiconque avec son “artiste intérieur”.

L’auteur commence par développer des principes de base qui tournent autour de l’énergie et de la spiritualité. Elle prodigue quelques mises en garde et encouragements.

La méthode de “reconquête de sa créativité” passe avant tout par deux outils de base : les “pages du matin”, qui sont assez proches de l’écriture automatique chère aux surréalistes, et sur le “rendez-vous avec l’artiste en soi”, qui est une façon de nommer le soutien apporté à sa part créative. Julia Cameron encourage aussi à s’écrire des contrats à soi-même de diverses façons. L’essentiel de l’ouvrage est constitué d’une longue série d’exercices à faire, pour la plupart par écrit, et qui se recoupent plus ou moins. L’introspection y est très présente. Il s’agit souvent de faire des listes d’affirmations concernant ce qui rend plus créatif ou, au contraire, ce qui entrave ou freine.

Par moments, la “méthode” prend des allures de cure de désintoxication, de véritable lutte contre les « *virus infectant la créativité* ». Certains exercices favorisent un certain état d’esprit : ils visent à développer l’attention, la spontanéité, à créer des liens, à vivre dans l’instant, à être positif, à prendre des risques, à assumer ses responsabilités, à être enthousiaste, à anticiper...

D'autres chapitres invitent à prendre soin de soi, à se faire plaisir, à se « *renarcissiser* », à retrouver le goût du jeu, à vivre dans l'instant... Certains exercices visent à permettre d'intégrer certains aspects considérés, a priori, comme négatifs : la peur, la honte, la colère, l'imperfection, les pertes, les deuils...

Certains chapitres s'appuient sur le rapport aux autres, proposent des pistes pour échanger tout en se protégeant. Certains passages sont plus mystiques. Ils portent l'attention sur la synchronie, la bienveillance de Dieu, les rituels. Certaines préoccupations sont plus matérielles et pratiques ; le rapport à l'argent, la gestion du temps.

Par ailleurs, de nombreux mécanismes et des exemples de blocages créatifs sont clairement présentés, de même que quelques solutions pour en sortir. Certaines sont peut-être préconisées de façon un peu systématique et, donc, pas forcément ajustées.

J'ai essayé de faire sérieusement chacun des exercices dans l'ordre donné. Cela nécessite une discipline de fer, une certaine tendance obsessionnelle compulsive peu développée chez moi ou une disponibilité certaine que je n'ai pas toujours.

J'ai fait l'impasse sur certains exercices qui me semblaient plutôt redondants, trop rigides ou un peu ésotériques. En effet, le parti pris et le vocabulaire mystique de l'auteur a parfois eu le don de m'agacer, malgré ses précautions pour signifier qu'il ne s'agit en fait que de métaphores quand elle parle de « *Dieu* » ou de « *prière d'artiste* ». Cette

coloration un peu sectaire gâte un peu la grande pertinence de la plupart des exercices proposés. Par contre, les citations à propos de la créativité, signées d'artistes et de sages, que l'on trouve presque à chaque bas de page, offrent une ouverture plus large à la réflexion personnelle.

Pour conclure, je dirai que cet ouvrage est d'une grande richesse pour qui sait ne pas tout y prendre au pied de la lettre. Libre à chacun de rebondir sur les exercices sans forcément les suivre de façon trop scolaire. Quoi qu'il en soit, les outils proposés peuvent être ajustés de façon très dynamisante pour toutes sortes de publics, thérapeutes, formateurs, écrivains, créateurs en tous genres...

Le second livre, ayant le même titre, a été écrit par Anne Bacus, docteur en psychologie, et Christian Romain, qui a étudié la logique et la philosophie. Ce dernier dirige une agence de publicité après avoir travaillé dans le marketing. Le sous-titre ambivalent de l'ouvrage est *avoir cent fois plus d'idées pour réussir sa vie*. Deux tests y sont proposés, le premier au début de la lecture et l'autre à la fin.

Cet ouvrage offre une série d'exercices concrets et adaptables à toutes sortes de contextes et de publics, à effectuer individuellement ou en groupe, en cabinet privé ou en entreprises : ils permettent de se dégager de certains a priori, de repérer les différentes phases du processus créatif, d'expérimenter quelques techniques courantes et propres à la créativité, comme les

analogies, le concassage, l'utilisation du hasard...

Un chapitre propose aussi de poser les bases d'un bon travail de créativité, incluant à la fois des détails pratiques, des jeux de présentation et des méthodes de recherche d'idées. A ce titre, ce deuxième ouvrage me semble particulièrement bien adapté à un travail en entreprise, quelle qu'elle soit. Ce livre offre aussi des réflexions sur la créativité, des exemples de freins, un aperçu historique de la place de l'innovation au cours de l'histoire.

La Gestalt y est brièvement citée, de façon un peu réductrice. Ce n'est pas là l'intérêt de l'ouvrage qui regorge de qualités par ailleurs.

Le tout nous livre un éventail de pistes possibles. Chacun pourra puiser, dans la série proposée, les outils qui lui conviendront le mieux, pour favoriser l'émergence ou l'ajustement créateur, par exemple. Chaque clé est présente de telle sorte qu'elle peut se compléter avec une autre pour développer la créativité sous toutes ses formes, selon les contextes, les rythmes et le style de chacun.

La différence majeure que je sens entre ces deux livres c'est que le premier met beaucoup l'accent sur l'épanouissement personnel, tandis que le second vise l'efficacité par rapport à un problème posé.