

AFTAD

Association Française
des Troubles Anxieux et de la Dépression

Edito / Avril 2009

Amour et sexe en psychothérapie

Grand sujet me direz-vous, mais qui peut sembler dépassé à l'ère des psychothérapies « scientifiques ». Vous jugerez ...

Dans le cadre de la formation des internes pour le DES de psychiatrie, que j'ai longtemps dirigée à Bordeaux, je traitais ce problème à partir des études américaines (Gabbard G., *Sexual Exploitation in Professional Relationships*. Washington D.C., American Psychiatric Press, 1989. Il existe des références récentes de cet excellent auteur sur le même sujet), car nous n'avons, comme souvent, pas exploré le sujet en France, sinon de façon anecdotique. C'est pourquoi le livre de Susan Baur, « *The intimate hour. Love and sex in psychotherapy* » dont le titre a été traduit de façon racoleuse en français (« Les relations sexuelles entre psys et patients » Petite bibliothèque Payot, Paris, 2004) a retenu mon attention.

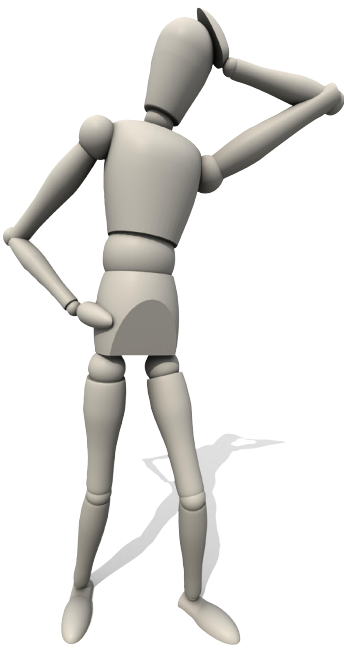
L'auteur y traite bien sur des relations sexuelles entre thérapeutes et patients, mais son travail est centré sur tout autre chose, qui, à mon avis, devrait intéresser tous les psychothérapeutes, dont ceux de l'AFTAD, quelle que soit leur orientation. Le thème central du livre est en effet l'examen des mouvements affectifs entre thérapeutes et patients.

Du côté du patient, les choses ont été examinées par les psychanalystes – et en apparence résolues – sous le nom de transfert et d'amour de transfert. Du côté thérapeute, on a aussi étudié le mouvement symétrique sous le nom de contre-transfert, mais avec beaucoup moins de liberté et de sincérité. Le fait qu'aux USA l'on pourchasse actuellement, au titre d'abus sanctionné par la justice, tout mouvement affectif manifesté au patient par le thérapeute, entraîne une pratique « défensive » de la psychothérapie qui l'appauvrit, et empêche de traiter du problème dans la formation des thérapeutes.

Par contraste avec cet état de choses, le rappel historique des amours psychothérapiques des héros et héroïnes des premiers temps de la psychanalyse (Carl Gustav Jung et Sabina Spielrein, Otto Rank et Anaïs Nin – qui ne s'en est pas tenue à un seul psychanalyste -, Ety Hillesum et Julius Spier ... pour n'en citer que quelques uns) constitue une partie passionnante du livre, qui ne tient pas seulement à son côté « people ».

A l'époque, ces histoires étaient débattues entre les fondateurs de la psychanalyse, par écrit qui pis est, d'où le caractère historique des informations. Freud était destinataire d'une part de ces correspondances, donc tout à fait au courant de ces aventures. Lui était fermement pour l'abstinence, et il semblerait en effet qu'il se soit lui-même abstenu avec ses patientes, même si, comme pour excuser la rigueur de sa conduite, il en attribue la facilité à ce que nous appellerions aujourd'hui l'affaiblissement de la libido lié à l'âge.

Pour en revenir à l'époque actuelle, l'auteur condamne, bien sur, les abus affectifs, sexuels et autres commis sur les patients. Elle se fait l'écho des enquêtes dont je parlais plus haut, qu'elle rapporte très bien et en détail. Mais elle affirme avec force qu'il ne faudrait pas s'en tenir là.





Son argumentation porte sur son vécu, les études actuelles sur la question, l'évolution des pratiques sous la pression des procès pour abus, et quelques cas de relations thérapeutes – patients « ordinaires » actuels. Cette partie du livre est un peu difficile à suivre, et pleine de contradictions, sinon de sujets de polémique, mais ce n'est pas étonnant.

En posant la question : la psychothérapie en l'absence d'une relation affective thérapeute – patient est-elle possible ? Susan Baur pose la vraie question, à laquelle elle répond non. Mais elle laisse ouverte la question des limites à ne pas transgresser, au contraire des instances régulatrices qui ont institué des limites strictes, aux dépens peut-être de l'engagement professionnel et de la possibilité de discussions ouvertes.

Un aspect très intéressant de son élaboration est sa prise en compte de la féminisation de la profession de thérapeute, avec, entre autres, la diminution des « abus » hétérosexuels, les femmes thérapeutes ayant apparemment plus de facilité à s'abstenir que les hommes. Mais le fait est qu'ils existent tout de même et semblent plus mal tolérés que ceux des hommes. Toutefois l'auteur, qui n'approuve pas les idées féministes de « contrôle de la lubricité des hommes » (guerre contre les abus sexuels masculins dont les femmes seraient toujours les victimes innocentes), pense que cette féminisation va changer la relation thérapeutique en l'orientant plus vers le soutien, la collaboration, l'empathie et l'engagement, pour en faire « une véritable relation avec le thérapeute ».

Ceci m'emmène à revenir à l'histoire et à terminer sur Ferenczi. Ferenczi – un des disciples préférés de Freud, chef de file de l'école hongroise de psychanalyse – était vraiment, semble-t-il, un homme sympathique et bon. J'ai toujours eu une grande admiration pour lui à cause de son centrage du travail analytique et de la formation des analystes sur le contre-transfert. J'adhère profondément à ce point de vue, qui est à mon sens le fondement de l'attitude psychothérapique.

Susan Baur (p 62 à 72) souligne la continuité des recherches de Ferenczi sur la technique psychothérapique, dans la mesure où il n'arrivait pas à accepter la nécessaire frustration des patients dans leur relation à l'analyste – la fameuse neutralité bienveillante – que prône Freud. Il fut tancé par Freud pour les encouragements qu'il prodigua, ou les privautés qu'il permit, à certaines patientes. Il eut une liaison avec, puis épousa, une de ses analysées en formation, contre l'avis, puis finalement avec la bénédiction, de Freud. Ce parcours avec sa femme le confirma dans son idée de trouver une technique plus près « de la véracité à l'égard des gens ». Après diverses autres variantes techniques, il finit par expérimenter, à la fin de sa vie, « l'analyse réciproque », où analyste et patient se relayaient sur le divan. Cette élaboration, étonnante, était liée au respect qu'il avait pour ses patients et à son souci d'égalité avec eux, qui l'avaient conduit à pousser ainsi à l'extrême le travail du thérapeute sur lui-même. Mais c'est sa bonté avérée qui donne crédit à ces pratiques ; sinon, elles pourraient être qualifiées d'abusives.

En conclusion, si l'on suit Susan Baur, le sexe sans amour est toujours un abus en psychothérapie. L'amour par contre, qui s'accompagne souvent de relations sexuelles, peut survenir dans la thérapie, et cette question ne peut être réglée de façon simple. Il ne s'agit pas de l'approuver car ce n'est à l'évidence ni le moyen ni le but du traitement. On ne peut pas non plus condamner sans discussion ceux qui l'éprouvent et lui cèdent, car ils ne sont pas obligatoirement de mauvaises personnes. De plus les extrémités auxquelles ils en sont venus soulignent le problème plus habituel de la relation affective thérapeute – patient, menant à un examen plus égalitaire du transfert et du contre-transfert. Une discussion ouverte de ces problèmes serait bénéfique à la formation des thérapeutes et à la pratique de la psychothérapie en général.

