

# L'effort pour rendre l'autre fou

P

**erte de confiance, des liens, des horizons, accumulation des contraintes, entretien d'un climat de peur et de culpabilité...** Voilà le régime de vie auquel nous sommes soumis depuis plus d'un an et qui a fait remonter à ma mémoire le titre du livre d'Harold Searles, *L'Effort pour rendre l'autre fou*

[Gallimard, "Folio essais"]. Ses recherches sur la schizophrénie ont permis à ce psychiatre et psychanalyste de repérer les modes selon lesquels une personne peut être mise dans une tension psychologique intenable, susceptible de lui faire perdre la raison ou, ajouterai-je, le goût de la vie. L'un d'eux est l'injonction paradoxale : demander simultanément deux choses contradictoires à un individu le met dans une impasse psychologique qui génère impuissance et culpabilité.

**Ne sommes-nous pas soumis depuis un an à ce type de stimulation-frustration simultanées ?** Par exemple : « Arrêtez-vous, mais n'arrêtez rien. » Ou : « Changez tout sans changer rien », puisqu'on ne peut plus vivre comme avant, et qu'en même temps il faut continuer de tout assumer comme d'habitude, notamment de travailler autant, sinon plus. Cela provoque une fatigue accrue qui paraît injustifiée : « Je suis épuisé et pourtant je ne fais rien. » Autre exemple : « Soyez solidaires » et « Gardez vos distances ». L'appel à la solidarité suscite un mouvement

vers l'autre, lequel est empêché par l'ensemble des interdictions en cours, et les messages nous présentent comme des menaces les uns pour les autres. Searles évoque aussi une autre forme de maltraitance psychique, qui « consiste à traiter l'autre à deux niveaux de relation n'ayant absolument aucun rapport entre eux ». N'est-ce pas ce qui est arrivé aux centaines de milliers de parents, qui, pendant les fermetures des écoles, se sont retrouvés à devoir répondre à des mails et appels professionnels en même temps qu'à tous les besoins de leurs enfants, huit heures d'affilée, cinq jours sur sept ?

**Ainsi mis sous haute tension, qui ne risque pas de « disjoncter » ?** À quoi s'ajoute « la perte de confiance en notre perception de la réalité ». Tout nous conduit depuis un an à fonder notre appréciation de la gravité de la crise seulement à partir de statistiques et d'avis d'experts dont

l'information continue sature nos esprits, alimente sans relâche nos angoisses et, paradoxe de la surinformation, nous empêche totalement de penser par nous-mêmes, de prendre de la distance par rapport à tout ce qui nous est asséné en permanence ! Plus aucune place ni légitimité pour notre propre perception de la réalité. Et si l'on ajoute une politique sanitaire autoritaire, nous voilà entièrement dépossédés de la maîtrise de notre destin...

**Tout cela cumulé ne représente-t-il pas un immense danger pour notre santé d'âme et d'esprit ?** À quand la publication officielle régulière des chiffres concernant les arrêts maladie, la consommation de psychotropes, les demandes d'internement en institution psychiatrique, les tentatives de suicide et les morts par suicide ? Voilà qui pèserait dans la balance pour estimer si tout ce qui est fait en ce moment protège vraiment notre santé. ■



**INÈS WEBER**

Psychologue à Avignon, fondatrice avec le philosophe Abdennour Bidar du Sésame, centre de culture spirituelle, elle nous explique comment concilier la pratique thérapeutique et le besoin de sens de nos contemporains.