
Les « maux » pour le dire¹

Nos sens nous donnent accès à une multitude de sensations qui nous excitent à plusieurs niveaux. Nous avons appris à nommer ces « choses » qui nous excitent (poupée, bonbon, biberon, etc.). Le biberon, au-delà de sa fonction d'objet, peut représenter et évoquer toute une panoplie de sensations et de souvenirs agréables ou désagréables. Par exemple, un individu peut évoquer le souvenir douloureux d'avoir failli s'étouffer en buvant trop vite un verre de lait quand il était petit enfant. Cette personne peut, par association, se souvenir de la présence rassurante de sa mère accourue pour l'aider à se sortir de ce mauvais pas. Dans cet exemple, l'angoisse et l'anxiété générées par l'événement traumatisant peuvent se calmer par la capacité du sujet de procéder à des associations comme celle de la présence rassurante de la mère. Toutefois, la capacité de s'exprimer et le fait d'être écouté au sujet de ces événements traumatisants demeurent des moyens de choix pour écouler nos excitations douloureuses.

Les excitations sont parfois bloquées au niveau de la pensée des individus sans possibilité de s'échapper sans une intervention thérapeutique. Elles s'écoulent, comme le dit Pierre Marty dans son texte *Mentalisation et psychosomatique*, par leur élaboration mentale et « par des comportements sensoriels et moteurs liés au travail mental effectué suite à l'excitation ». Quand nous n'arrivons pas à écouler nos excitations par un processus mental d'évocations, de représentations et d'associations (processus de mentalisation), nous risquons de passer à des actions dans le but de les épuiser rapidement. Quand les mots sont vidés de **leurs** représentations affective-symboliques, le sens qui s'y rattache est vide et s'en trouve évacué. L'individu qui fait face à cette situation d'incapacité de donner son sens à ses « maux » n'a souvent d'autres choix que l'action pour écouler ses excitations. Comme le dit Resnik (1973) : « (...) agir, c'est-à-dire faire au lieu de dire ». Les « insuffisances et indisponibilités des représentations • peuvent être causées par des carences biologiques ou psychologiques chez l'enfant ou chez ses parents. Elles peuvent être le fruit d'un processus d'évitement ou de « répression des représentations ». La complexité de ce processus vient du fait que l'évitement d'une représentation peut faire « tache d'huile ». Cela veut dire que ce comportement peut influencer la qualité et la quantité de tout un réseau de représentations.

Les « défauts » du processus de mentalisation peuvent conduire à des « comportements sexuels ou de violences corporelles qui épuisent les excitations ». L'accumulation d'excitations pulsionnelles plus ou moins importantes peut conduire à des affections somatiques graves et dégénératives, ou à des affections aiguës et réversibles. La toxicomanie, au même titre que des comportements sexuels à risque ou la violence faite à son corps par soi ou par d'autres, peut constituer un moyen pour épuiser ces excitations bloquées au niveau de la pensée. Le thérapeute aurait accompli une partie de son travail si son client troquait ses maux pour des mots.

Jacques Moïse

Auteur et consultant en toxicomanie

Références

Marty, Pierre (1996). *Mentalisation et psychosomatique*, Synthélabo, Paris.

Paré, Maryse (2001). Séminaire en intervention individuelle, Université de Sherbrooke, Département de toxicomanies.

Resnik, Salomon (1973). *Personne et psychose*. Payot. Paris.

¹ Parution originale dans la revue *L'Intervenant* volume 20 numéro 01 — octobre 2003