

# LA TRISTESSE POUR FREUD- LACAN - KLEIN - WINNICOTT

En psychanalyse, le sentiment de tristesse est un affect complexe qui renvoie à un vécu subjectif de perte, de vide ou de manque. Il ne s'agit pas simplement d'un état passager, mais d'un indice important du fonctionnement psychique et des conflits internes du sujet.

## Freud : Deuil et mélancolie

Dans son texte "*Deuil et mélancolie*" (1917), Freud fait une distinction fondamentale entre :

- **Le deuil** : une réaction normale à la perte d'un objet aimé (personne, idéal, etc.). La tristesse est ici proportionnée à la perte, le travail de deuil permet progressivement de détacher la libido de l'objet perdu.
- **La mélancolie** : pathologique. La perte est intériorisée, mais souvent inconsciente ou non identifiée. Le sujet se dévalorise, le Moi est attaqué (culpabilité, auto-accusations, tristesse profonde). Le sujet dirige contre lui-même l'agressivité initialement tournée vers l'objet perdu.

**Tristesse = symptôme** révélateur du rapport du sujet à ses objets d'amour, à son narcissisme et à ses identifications.

## Lacan : Le manque et le désir

Lacan, en développant la théorie du manque (*manque-à-être, manque-à-avoir*), situe la tristesse dans la structure du désir :

- Le **désir humain est toujours désir de l'Autre**, et lié à un manque fondamental.
- La tristesse peut alors être comprise comme une **réaction au manque**, à la perte de l'objet du désir, ou à l'impossibilité de combler ce vide existentiel.
- Elle peut aussi révéler une impasse dans la relation au "**petit objet a**", cet objet cause du désir, toujours insaisissable.

## Mélanie Klein et Winnicott : L'objet interne

- **Klein** associe la tristesse à l'**angoisse dépressive** : l'enfant prend conscience de sa propre agressivité envers l'objet aimé (la mère) et craint de l'avoir détruit. Il ressent alors culpabilité et tristesse.
- **Winnicott** souligne l'importance de la capacité à être seul en présence de l'objet, c'est-à-dire à vivre l'absence sans effondrement psychique. La tristesse devient alors signe de **maturité affective** et de capacité à tolérer la séparation.

## Aspects cliniques

La tristesse peut apparaître dans différents contextes cliniques :

- **Névroses** : tristesse liée à des conflits intrapsychiques non résolus.
- **États limites** : tristesse associée à un vide identitaire, à l'abandon ou à des pertes précoces non symbolisées.

- **Dépressions** : tristesse profonde, parfois sans objet clair, souvent avec culpabilité et perte d'estime de soi.

### **En résumé**

En psychanalyse, la tristesse n'est pas seulement un état émotionnel. Elle est le reflet d'une perte d'objet, d'un conflit entre les instances psychiques, ou encore d'un rapport au manque et au désir. Elle peut être le moteur d'un travail psychique (deuil), ou le signe d'un blocage (mélancolie, dépression).