

WINNICOT JEU ET RÉALITÉ, L'ESPACE POTENTIEL 1971 GALLIMARD

L'enfant vient au monde inachevé, démuni, sans possibilités immédiates de distinguer un intérieur et un extérieur, un moi et un non-moi. Le psychanalyste britannique postule que le besoin interne ressenti par l'enfant lui fait créer, de manière hallucinatoire, un objet subjectif apte à apporter la satisfaction.

Les yeux, une mère suffisamment bonne est une mère qui sent suffisamment son nourrisson pour lui présenter l'objet au moment même où celui-ci le crée sur le mode hallucinatoire. Ainsi s'établit progressivement une zone d'*illusion*, espace où l'enfant peut exercer une omnipotence imaginaire, en créant l'objet qui est en fait apporté par l'environnement. Winnicott considère ce paradoxe comme essentiel et constitutif, comme devant être respecté et non réduit. Ce procès de découverte - création de l'objet (*object-presenting*), ainsi que le rôle qu'y joue l'environnement, est capital pour Winnicott, qui le situe dans trois moments ou fonctions de l'apport environnemental : le *holding* de l'enfant, c'est-à-dire le fait qu'il soit tenu (et maintenu) ; le *handling*, la façon dont il est manipulé ; le *taking care*, la façon dont on prend soin de lui (la forme progressive, telle qu'elle s'exprime ici en termes de processus mouvants et d'interaction, est systématique dans cette œuvre, dont elle est une caractéristique majeure). Une étape nouvelle est franchie quand l'enfant, par le jeu (procès essentiel de l'humanisation pour Winnicott), est à même de faire fonctionner pour lui-même cet espace d'illusion et d'omnipotence : c'est là qu'interviennent l'*espace transitionnel* et les quasi - objets qui y sont mis en jeu, les *objets transitionnels*, objets bien spéciaux (morceau de chiffon, coin de couverture, etc.), qui sont élus par l'enfant et lui servent à expérimenter de façon ludique l'omnipotence.

Le self, pour Winnicott, correspond au sentiment d'existence individuelle, d'autonomie, et, plus précisément, au sentiment d'*habitation*, dans le corps, de la psyché. Le vrai self s'édifie dans le rapport du sujet à ses objets subjectifs, créés. Il est, de ce fait, solipsiste, sans communication. Le faux self répond à la nécessité d'une adaptation aux objets objectifs, présentés par l'environnement. Entre les deux, dans le meilleur des cas, il existe à la fois un écart irréductible et un commerce évolutif. Mais lorsque l'environnement est défavorable et qu'il ne sait ou ne peut coordonner ses offres avec les demandes de l'enfant, un clivage profond vient s'établir en celui-ci, constituant la source de toute pathologie ultérieure. Ainsi voit-on que, contrairement à l'idée qui tend à se répandre, l'opposition entre vrai self et faux self ne recouvre pas l'opposition entre normal et pathologique. Le faux self est, pour Winnicott, une création normale et nécessaire, ne serait-ce que par sa fonction de protection du vrai self. La pathologie ne s'instaure que par la scission radicale entre ces deux aspects de la personnalité.

Des paroles :

« Le soi n'est pas le centre. Il n'est pas non plus l'inaccessible enfoui quelque part dans les replis de l'être. Il se trouve dans l'entre deux du dehors et du dedans, du moi et du non moi, de l'enfant et de sa mère, du corps et du langage. » préface p 14 JB Pontalis

« Je demande qu'un paradoxe soit accepté, toléré, et qu'on puisse admettre qu'il ne soit pas résolu. On peut le résoudre si l'on fuit dans le fonctionnement intellectuel qui clive les choses, mais le prix payé est alors la perte de la valeur du paradoxe. Une fois accepté

et toléré, le paradoxe prend valeur pour tout être humain et est toujours susceptible d'être enrichi par l'exploitation du lien culturel avec le passé et avec le futur » p4

Le "**squiggle**" : tracé libre de l'adulte. On demande à l'enfant d'en faire quelque chose et réciproquement. (ex de l'enfant à la ficelle qui transformait tous les squiggles en objets ficelle :lasso, fouet, ficelle de yoyo...montrant en cela qu'il redoutait la séparation, comme on nie la séparation d'avec un ami en recourant au téléphone) p28 29

La ficelle a pour tout individu une signification symbolique ; une utilisation excessive de la ficelle peut indiquer l'instauration d'un sentiment d'insécurité ou l'idée d'une absence de communication. La fonction de la ficelle peut évoluer passant de la communication au déni de la séparation : il y a là un risque de glissement vers la perversion, la ficelle devenant une chose en soi.

Aire transitionnelle :

« Il existe une troisième aire qui assure une transition entre moi et non moi, la perte et la présence, l'enfant et sa mère. » P 10 préface JB Pontalis

“ Dans la vie de tout être humain il existe une troisième partie que nous ne pouvons ignorer, c'est l'aire transitionnelle d'expérience à laquelle contribuent simultanément la réalité intérieure et la vie extérieure. [...] Cette aire intermédiaire d'expérience, qui n'est pas mise en question quant à son appartenance à la réalité intérieure ou extérieure (partagée), constitue la plus grande partie du vécu du petit enfant. Elle subsistera tout au long de la vie, dans le mode d'expérimentation interne qui caractérise les arts, la religion, la vie imaginaire et le travail scientifique créatif ”. Winnicott(1975, p.25)

L'objet transitionnel est un symbole (premier usage) de l'union du bébé et de la mère en transition entre 2 états : être confondue avec l'enfant et être éprouvée comme un objet perçu plutôt que conçu. P134. L'utilisation de l'objet symbolise l'union de 2 choses désormais séparées.

Le jeu :

En psychothérapie, on a affaire à deux personnes en train de jouer ensemble. Le corollaire est donc que là où le jeu n'est pas possible, le travail du thérapeute vise à amener le patient d'un état où il n'est pas capable de jouer à un état où il est capable de le faire p55

Il ne faut jamais oublier que **jouer est une thérapie en soi**. Faire le nécessaire pour que les enfants soient capables de jouer, c'est une psychothérapie qui a une application immédiate et universelle; elle comporte l'établissement d'une attitude sociale positive envers le jeu. Mais il faut admettre que le jeu est toujours à même de se muer en quelque chose d'effrayant. Et l'on peut tenir les jeux (games), avec ce qu'ils comportent d'organisé, comme une tentative de tenir à distance l'aspect effrayant du jeu (playing). Des personnes responsables doivent être disponibles quand les enfants jouent, mais cela ne signifie pas qu'il leur faut entrer dans le jeu des enfants. (position rééducative) Quand un organisateur est amené à diriger le jeu, cela implique que l'enfant ou les enfants sont incapables de jouer au sens créatif où je l'entends ici.

Ce qui m'importe avant tout, c'est de montrer que jouer, c'est une expérience : toujours une expérience créative, une expérience qui se situe dans le continuum espace-temps, une forme fondamentale de la vie.

Mon but est simplement de rappeler que le jeu des enfants contient tout en lui, bien que le psychothérapeute travaille sur le matériel, sur le contenu du jeu. P71

Jouer doit être un acte spontané et non l'expression d'une soumission ou d'un acquiescement.(attitude du rééducateur)

Le jeu ne relève en fait ni de la réalité psychique intérieure, ni de la réalité extérieure. P133

Des problèmes :

« On aurait tort de considérer l'affection psychotique comme un effondrement. C'est une organisation défensive liée à une agonie primitive. L'effondrement (le breakdown) redouté parce qu'il menacerait toujours d'avoir lieu dans l'avenir a en fait déjà eu lieu dans le passé. Mais, c'est là le paradoxe, il a eu lieu sans trouver son lieu psychique, il n'est déposé nulle part (ce n'est pas un traumatisme, ce n'est pas un refoulement) »p11 préface JB Pontalis

Nous ne pouvons, en effet, que constater l'importance vitale de l'apport de l'environnement, particulièrement au tout début de la vie de l'individu; aussi bien avons-nous spécialement étudié l'apport positif de cet environnement en des termes qui se réfèrent à l'être humain et aussi à la croissance de l'homme, tant que la dépendance entre en jeu ¹.

Certains individus peuvent mener une vie satisfaisante et même réaliser quelque chose d'exceptionnellement valable et pourtant être schizoïdes ou schizophrènes. Ils peuvent être tenus pour malades, au sens psychiatrique du terme, du fait de la faiblesse de leur sens de la réalité. Il en est d'autres, ne l'oublions pas, qui sont si solidement ancrés dans la réalité objectivement perçue qu'ils sont malades, mais dans la direction opposée : ils ont perdu le contact avec le monde subjectif et se montrent incapables de toute approche créative de la réalité.p93

Les sujets schizoïdes ne sont pas satisfaits d'eux, mais les extravertis qui n'arrivent pas à entrer en contact avec le rêve ne le sont pas davantage. Ces deux groupes d'individus viennent nous demander une psychothérapie parce que, dans le premier cas, ils n'ont pas envie de passer leur vie sans établir un contact réel avec les choses de la vie et, dans l'autre cas, parce qu'ils se sentent irrémédiablement à distance du rêve. Ils ont le sentiment que quelque chose ne va pas, qu'il y a une dissociation dans leur personnalité. Ils désirent qu'on les aide à trouver leur unité ou encore à atteindre un état d'intégration spatio-temporelle où il existe vraiment un soi englobant tout, au lieu d'éléments dissociés et compartimentés ou comme dispersés et gisant épars.p94

La créativité :

(la créativité est la capacité à investir les objets)

La créativité est quelque chose d'universel. Elle est inhérente au fait de vivre. C'est elle qui permet à l'individu l'approche de la réalité extérieure

C'est en jouant et peut-être seulement en jouant, que l'enfant ou l'adulte est libre de se montrer créatif.p75

La psychothérapie s'effectue là où deux aires de jeu se chevauchent, celle du patient et celle du thérapeute. Si le thérapeute ne peut jouer, cela signifie qu'il n'est pas fait pour ce travail. Si le patient ne peut jouer, il faut faire quelque chose pour lui permettre d'avoir la capacité de jouer, après quoi la psychothérapie pourra commencer. Si le jeu est essentiel, c'est parce que c'est en jouant que le patient se montre créatif. p76

C'est en jouant, et seulement en jouant, que l'individu, enfant ou adulte, est capable d'être créatif et d'utiliser sa personnalité tout entière. C'est seulement en étant créatif que l'individu découvre le soi. De là, on peut conclure que c'est seulement en jouant que la communication est possible p76

La créativité est la coloration de toute attitude face à la réalité extérieure.

Il s'agit d'une mode créatif de perception qui donne à l'individu le sentiment que la vie vaut la peine d'être vécue

La capacité de créativité est directement liée à la quantité et à la qualité de l'apport offert par l'environnement lors des premières phases d'expérience de la vie que connaît tout bébé.p100

La créativité est l'un des dénominateurs communs à l'homme et à la femme. P101

La créativité chez l'individu est détruite par des facteurs de l'environnement intervenant tardivement dans la croissance personnelle (camps de concentration, persécutions..;) mais elle ne peut être totalement détruite. Il ne saurait vraisemblablement y avoir de destruction complète de la capacité de l'individu à vivre une vie créative; même, en cas de soumission extrême et d'établissement d'une fausse personnalité, il existe, cachée quelque part, une vie secrète qui est satisfaisante parce que créative ou propre à l'être humain dont il s'agit. Ce qu'elle a d'insatisfaisant est dû au fait qu'elle est cachée et, par conséquent, qu'elle ne s'enrichit pas au contact de l'expérience de la vie . J'irai jusqu'à dire que, dans les cas graves, tout ce qui est réel, important, personnel, original et créatif est caché et ne donne nul signe de vie (écoute tripolaire partie P3 de Lévine) p96

Attention : aborder la créativité en parlant de Léonard de Vinci...nous éloigne du thème qui est au centre de l'idée de créativité p97

Mode de relation à l'objet :

Quand nous nous montrons capables d'attendre, le patient parvient à comprendre d'une manière créative....Je pense que j'interprète surtout pour faire connaître au patient les limites de ma compréhension... P121

Pour Winnicott, l'objet devient réel parce qu'il est détruit (on passe de la relation à l'objet (relation projective (trouvé/créé)) à l'utilisation de l'objet)). La destruction joue son rôle en fabriquant la réalité, en plaçant l'objet en dehors de soi. La relation à l'objet peut porter sur un objet subjectif, l'utilisation de l'objet, elle, implique que l'objet fait partie de la réalité extérieure.

La démarche est la suivante :

- 1) le sujet se relie à l'objet.
- 2) L'objet est en train d'être trouvé au lieu d'être placé dans le monde par le sujet.

- 3) Le sujet détruit l'objet.
- 4) L'objet survit à la destruction.
- 5) Le sujet peut utiliser l'objet.

La séparation :

L'imago (représentation mentale de l'existence de la mère) chez le bébé dure un certain temps. Si l'absence de la maman dépasse ce temps, l'imago s'efface et le bébé perd la capacité d'utiliser le symbole d'union (objet transitionnel). Le retour rapide de la maman permet de calmer le désarroi du bébé. Mais si l'absence est trop longue (travaux de Bowlby), le traumatisme subi fait que le bébé a éprouvé une rupture dans la continuité de son existence (moment de folie) de sorte que les défenses primitives vont s'organiser de manière à protéger contre une répétition d'une "angoisse impensable" ou contre le retour de l'état confusionnel aigu qui accompagne la désintégration d'une structure naissante du moi. Le bébé repartira après guérison mais sera à jamais privé de la racine qui pourrait lui assurer une continuité avec le commencement personnel.

Notion d'espace potentiel :

Il existe une troisième aire, celle du jeu, qui s'étend jusqu'à la vie créatrice et à toute la vie culturelle de l'homme. Cette troisième aire est un espace potentiel opposé, d'une part, à la réalité psychique intérieure ou personnelle et, d'autre part, au monde existant dans lequel vit l'individu, monde qui peut être objectivement perçu. J'ai localisé cette aire importante d'expérience dans l'espace potentiel entre l'individu et l'environnement, cet espace qui, au départ, à la fois unit et sépare le bébé et la mère, quand l'amour de la mère qui se révèle et se manifeste par la communication d'un sentiment de sécurité donne, en fait, au bébé un sentiment de confiance dans le facteur de l'environnement.

L'espace potentiel entre le bébé et la mère, entre l'enfant et la famille, entre l'individu et la société ou le monde, dépend de l'expérience qui conduit à la confiance. On peut le considérer comme sacré pour l'individu dans la mesure où celui-ci fait, dans cet espace même, l'expérience de la vie créatrice. C'est là que se situe l'expérience culturelle

A l'opposé, l'exploitation de cette aire peut conduire à une condition pathologique où l'individu est littéralement encombré d'éléments persécutifs dont il n'arrive pas à se débarrasser. P143