

# GESTION DE LA DESTRUCTIVITE STOCKEE

Par Igor Reitzman

## SOMMAIRE

<b>A- LA DESTRUCTION DE L'AUTRE .....</b>	<b>1</b>
<b>B- LA DESTRUCTION DE SOI .....</b>	<b>3</b>
<b>C- DES MODES DE DECHARGE NON DESTRUCTEURS .....</b>	<b>4</b>
le mode ludique.....	4
les thérapies émotionnelles .....	5
violence et psychiatrie.....	6
certaines activités professionnelles .....	7
l'action politique ou syndicale.....	7
des activités d'expression .....	8
le mode fantasmatique .....	8
<b>LES CHOIX INDIVIDUELS .....</b>	<b>8</b>
<b>DECLENCHEMENT D'UNE AGRESSION.....</b>	<b>8</b>

## A- LA DESTRUCTION DE L'AUTRE

L'énergie destructive dont nous avons évoqué la mise en place dans le psychisme de nombreux humains, tend spontanément à s'écouler en agressions de gravité diversement calibrée en fonction de ce qui fut vécu dans le passé le plus archaïque comme le plus immédiat. Mais cette énergie entre en composition avec différents besoins et différentes peurs installés par la socialisation : besoin d'être aimé, accepté, reconnu, estimé, peur du rejet, de la culpabilité, de la prison, de l'enfer, etc. Le comportement réel des individus, y compris celui des plus destructeurs, est la résultante plus ou moins stable de forces contradictoires. Dans la plupart des cas, l'inhibition interdit les passages à l'acte les plus sévères mais de temps en temps l'autorité légale fournit un exutoire valorisé à la soif de meurtre de certains individus : guerres de conquête, expéditions coloniales, répression de manifestations interdites. A mesure que l'on descend dans l'échelle de gravité apparente des agressions, l'inhibition se fait moins impérieuse : le meurtre demeure exceptionnel mais un coup de poing est vite parti et les injures, les dévalorisations sont pour certains un mode d'expression habituel, en quelque sorte la mitraille du meurtre symbolique. Certains choisissent de dévier leur besoin de détruire sur un objet plus ou moins symbolique : téléviseur, transistor, porte, miroir, cabines téléphoniques, vase offert par belle-maman ...

Faut-il le rappeler, la destruction physique de son prochain n'est condamnée sévèrement que lorsqu'elle est pratiquée à trop faible dose : s'il n'y a qu'un cadavre, il se trouvera même des gens pour réclamer que l'on applique la loi du talion au meurtrier. Un seul cadavre ? Le compte n'est pas bon ! Il faut d'urgence en allonger un second ! Et les tribunaux sont bien trop lents avec cette manie de prétendre vérifier si le premier suspect est le bon. Lynchons d'abord ! Et s'il était innocent, tant mieux ! Nous pourrions nous offrir un second cadavre... Quand l'assassin en allonge 15 ou 200, c'est un serial killer généralement spécialisé dans l'élimination de femmes et s'il s'autorise l'humour, de superbes films comme LANDRU ou Monsieur VERDOUX assureront au cinéaste et au public misogynes, des satisfactions raffinées sur un mode fantasmagorique<sup>1</sup>. Ou bien c'est un parrain qui emploie des professionnels pour faire le travail, qui les paie bien et qui assure en plus, la protection du petit commerce et de la police locale. Si des fagots sont utilisés, si les personnes sont "*brûlées à petit feu, en grande cérémonie*", c'est plutôt un spectacle édifiant, un autodafé<sup>2</sup> d'ailleurs passé de mode depuis longtemps. Entre 10.000 et 200.000, l'insistance d'un journaliste contraint parfois la justice à intervenir, mais l'inculpation peut mettre en valeur l'aspect commercial de la liquidation. Au mot *empoisonnement* qui sonne désagréablement et renvoie aux Assises, elle préférera la "*tromperie sur la qualité substantielle d'un produit*". Enfin si les cadavres se comptent par millions, alors, n'en doutons pas, nous avons affaire à un puissant chef d'Etat qui peut-être dépassera en renommée LOUIS XIV et NAPOLEON... Dans ce dernier cas de figure, bien plus que la destructivité du maître, c'est la soumission massive des soldats qui mérite examen.

---

<sup>1</sup> Voir page 11

<sup>2</sup> expression portugaise qui signifie *acte de foi* ...

## B- LA DESTRUCTION DE SOI

*"Je suis la plaie et le couteau !  
Je suis le soufflet et la joue !  
Je suis les membres et la roue,  
Et la victime et le bourreau !"*  
(BAUDELAIRE<sup>1</sup>)

Quand la violence contre l'autre est vécue comme impossible, dangereuse ou lourdement culpabilisante, la personne la retourne contre elle-même, totalement ou partiellement.

L'enfant, s'il a été rejeté, en vient à se haïr lui-même. La puissance destructrice de cette introjection est plus ou moins lourde en fonction de la gravité du rejet vécu : degré d'intensité, de continuité, unanimité ou non, modalités concrètes du rejet (Y avait-il coups, dévalorisations et culpabilisations, exil, rejet explicite ?).

*Poil-de-carotte* est haï par sa mère mais il est en complicité avec son père qui constitue ce *témoin bienveillant* évoqué plus haut ; Quand la famille tout entière est hostile, le rejet de soi est infiniment plus spectaculaire. C'est sans doute dans ce cas que l'individu devient pour lui-même le plus impitoyable des bourreaux : tout devient pour lui souffrance et avec une agression extérieure qui dura quelques minutes, il peut se torturer 30 ans ...

Le masochisme *moral* conduit bien des personnes à rechercher le compagnon ou la compagne qui leur permettra de retrouver les souffrances familiales de leur petite enfance (les coups, la dévalorisation, l'échec, l'humiliation...). L'obscur et amer soulagement<sup>2</sup> qu'elles en retirent est bien loin de la jouissance érotique associée au fouet que le grand public imagine quand il entend parler de masochisme. Il pourrait être intéressant d'établir une typologie en fonction de l'alibi utilisé : C'est le masochisme religieux que l'on connaît le mieux parce qu'il fut largement décrit dans les siècles passés par les témoins de ces flagellations publiques du XIII<sup>e</sup> siècle, ou mieux encore par les écrits des intéressés eux-mêmes, notamment les grands mystiques doloristes du XVI<sup>e</sup> et du XVII<sup>e</sup> siècles<sup>3</sup>.

IGNACE DE LOYOLA - fondateur de la Compagnie de JESUS - demeure une semaine sans manger, se frappe la poitrine avec une pierre, se fouette de chaînes à pointes, etc. Il sera canonisé, c'est-à-dire proposé en exemple aux chrétiens par l'Eglise de ROME.

Il faudrait regarder de plus près le masochisme sportif, militaire, altruiste, esthétique, etc. Mais remarquons que toute violence contre soi n'est pas nécessairement d'ordre masochiste, l'exemple le plus clair en étant le suicide.

Les conduites d'autodestruction, outre les tentatives claires de suicide, sont d'une grande diversité : automutilations, anorexie, boulimie, dépression, obsession, angoisse,

---

<sup>1</sup> Extrait de l'Héautontimorouménos (mot grec qui signifie bourreau de soi-même)

<sup>2</sup> J'avais d'abord écrit *satisfaction* mais ce terme était encore porteur d'ambiguïté : le malheureux affamé qui se précipite sur des épiluchures y trouve non une satisfaction mais le provisoire soulagement d'une tension.

<sup>3</sup> On peut trouver de nombreuses références chez l'historien catholique Jean DELUMEAU, "*Le péché et la peur - La culpabilisation en Occident (XIII<sup>e</sup>-XVIII<sup>e</sup> siècles)*" Fayard 1983 (chap. 10)

sentiment plus ou moins permanent de culpabilité, conduites d'échec, prostitution, alcoolisme, tabagisme et autres toxicomanies, maladies, accidents, clochardisation, etc...

## C- DES MODES DE DECHARGE NON DESTRUCTEURS

Toute cette violence gelée ne se décharge pas forcément dans l'auto-destruction et l'hétéro-destruction. Beaucoup de gens trouvent - le plus souvent sans que ce soit une démarche consciente - des activités qui leur permettent de dériver, au moins partiellement, cette énergie négative accumulée. Dans l'inventaire non exhaustif qui va suivre, nous vous invitons, ami lecteur, à vous souvenir que sous la même étiquette très honorable, peut s'abriter aussi, dans bien des cas, une destructivité plus ou moins intense. Par exemple, il y a une façon meurtrière et/ou suicidaire de pratiquer la boxe, notamment quand elle cesse d'être un sport pour devenir un spectacle comportant des enjeux financiers plus ou moins lourds. Nous avons souhaité placer la boxe dans une proximité-contraste avec l'escrime pour lequel l'emploi de fleurets mouchetés et de masques permet de distinguer clairement l'acte sportif du meurtre camouflé en duel.

### le mode ludique

escrime, boxe, punching ball, chasse, rugby, football, tennis, squash, jeux plus ou moins brutaux mais aussi cartes, échecs, wargames, jeux de rôles<sup>1</sup>, etc... Cette sèche énumération ne doit pas faire illusion : Toutes ces activités ne sont pas équivalentes et pour chacune, on pourrait établir un gradient d'efficacité en fonction de la manière dont elle est conduite et vécue. En ce qui concerne par exemple l'activité de punching ball, une esquisse d'échelle pourrait se présenter ainsi :

ANTONIO, sur prescription de l'entraîneur, frappe sans conviction et sans émotion.

BRUNO pour se faire les muscles, frappe avec conviction ; mais il est surpris lui-même par son ardeur et par sa difficulté à s'arrêter. Est-ce que vraiment il n'a pas de colère, comme un examen de sa conscience claire pourrait le lui faire croire ?

CARLO frappe et sa colère s'accroît à mesure qu'il frappe ; pourtant aucun visage, aucun souvenir ne vient éclairer son émotion. L'événement est-il si ancien que le souvenir reste hors de portée ? La colère est-elle dirigée contre une image parentale trop terrifiante ou trop culpabilisante ?

DIEGO sent monter la colère en lui et redoute de ne plus se contrôler. Avant tout, ne pas brutaliser à nouveau la femme qui partage sa vie ! Dans le passé, il a fait maintes fois le constat que ses coups de gueule (Je ne vais tout de même pas laisser passer ça !) adoucis ("Je ne veux surtout pas la terroriser, en faire une victime et me retrouver avec des tonnes de culpabilité !) ont en fait cumulé les effets néfastes : C'était bien trop violent pour elle (Bonjour la culpabilité !) et - pour son soulagement à lui - très insuffisant (Bonjour les étouffements et l'ulcère !). En bourrant de coups le sac de sciure installé dans son atelier, il est d'abord tout entier dans son ressentiment contre SVETLANA puis d'autres images plus anciennes remontent, gonflées d'une formidable rancune contre sa mère qui n'avait pas hésité - pour faire rire - à lire devant des voisins, son

---

<sup>1</sup> Rien à voir avec les prudentes mises en situation utilisées dans les stages de relations humaines...

journal intime. Pour DIEGO, il n'y a pas seulement décharge réelle qui va protéger son entourage (et lui-même) mais aussi prise de conscience de la façon dont son passé d'enfant met en danger sa vie de couple et plus généralement ses relations avec les autres aujourd'hui...

D'ANTONIO à DIEGO, nous sommes passés de la perspective purement culturiste<sup>1</sup> à une perspective clairement thérapeutique.

### les thérapies émotionnelles

Dans les thérapies émotionnelles, cette pratique spontanée très ancienne<sup>2</sup> se trouve systématisée, encadrée, accompagnée d'une verbalisation, reprise dans une démarche globale de recherche sur soi. Le thérapeute encourage la personnes à crier, à décharger sa fureur sur des matériaux prévus à cet effet (coussins de mousse notamment), avec des objectifs de catharsis, dans un environne-ment protégé. Puis vient l'élaboration verbale et souvent une seconde émotion - chagrin ou peur - qui se cachait derrière la colère ou la rage, peut enfin s'exprimer fortement et être à son tour élaborée.

Les thérapeutes qui font du travail émotionnel accordent une attention particulière au cri. A la différence des autres formes qui impliquent une compétence et une technicité, le cri est l'expression la plus fruste et la plus ancienne dans l'histoire humaine comme dans l'expérience de chaque être humain. Mais comme il a généralement été interdit voire réprimé plus ou moins durement, il est souvent vécu comme transgression et révolte. Certains adultes découvrent spontanément son aspect libérateur tandis que d'autres malgré les encouragements du thérapeute parviennent difficilement à sortir leur premier cri. Parvenir à crier pleinement (seul ou en prenant appui sur un groupe) est tout à la fois chemin pour sortir de la soumission et signe qu'on n'y est plus totalement.

Il s'agit, rappelons-le, de permettre à une personne de sortir une partie de sa violence intérieure, d'une manière qui ne soit destructrice ni pour elle-même ni pour les autres. Cela implique donc que cette *expression* ne soit ni angoissante ni culpabilisante pour elle.

Si l'on se fixe l'objectif d'extérioriser l'énergie agressive, différentes structures de travail peuvent être envisagées. Par exemple :

- Serrer les poings et les dents en grondant et en intensifiant sa respiration
- Frapper un gros bloc de mousse avec une cravache à tout petits coups, sans élan, dents serrées, babines retroussées, respiration grondante de fauve (laisser sortir le son au maximum)
- frapper le bloc de mousse ou son matelas, de ses poings ou avec le plat d'une raquette de tennis
- lancer des projectiles (coussins très légers, boules de mousse non tassée) sur des *quilles* (assez grandes si possible mais légères et peu fragiles), dont certaines représentent des personnages symboliques divers : l'Homme, la Femme, le Bébé, la (mauvaise) Mère, le (mauvais) Père, le Gendarme, le Patron et d'autres images d'autorité éventuellement.
- déchirer un gros catalogue ou des chiffons
- Contre une plaque épaisse de mousse appuyée au mur, donner des coups de pied debout ou couché sur un matelas

---

<sup>1</sup> avec au mieux évacuation d'un trop plein énergétique (ce que dans le grand public, on appelle se défouler)

<sup>2</sup> qui permet d'échapper plus ou moins efficacement à l'éternel dilemme du violent lucide et scrupuleux

- piétiner une poupée de chiffon ou des emballages en polystyrène

- *Non !* (étendu sur le dos, sur un matelas suffisamment épais, le frapper des pieds et des poings, alternativement du côté gauche et du côté droit, la tête oscillant à chaque *Non* - commencer lentement pour bien synchroniser puis accélérer et augmenter progressivement le volume sonore. L'exercice permet une relative perte de contrôle qui favorise l'entrée dans l'émotion)...

### **violence et psychiatrie**

Lorsqu'on propose ce genre d'informations à un groupe d'infirmiers psychiatriques en formation, on suscite souvent beaucoup de surprise. Dans l'hôpital psychiatrique traditionnel, l'expression de la colère provoque l'inquiétude et sera systématiquement tassée par des médications appropriées. Cachez cette colère que je ne saurais voir ! Le souvenir des agressions passées, le souvenir de journées entières vécues dans la peur d'une explosion qu'on ne pourra contrôler installent une évidence collective de la contention bien compréhensible. Et pourtant... Peut-être un jour finira-t-on par admettre que la *politique de la contention* installe sur le long terme ce qu'elle prétend éviter. De nombreux patients ont un besoin plus ou moins intense, plus ou moins inhibé de sortir leur violence intérieure. Plusieurs positions sont possibles face à ce besoin :

1- La passivité : le personnel avale chaque jour dans l'amertume, parfois pendant 8 heures, les injures et les dévalorisations incessantes de tel ou tel patient, subit dans la peur l'explosion et fait ensuite le bilan de la casse, un bilan qui ne prendra en compte que les dégâts visibles : matériel détruit, incapacité temporaire de travail... Mais le plus grave est ailleurs, dans le cauchemar qui empoisonne les temps de repos et de congé de certains soignants, dans leur fragilisation progressive, dans un absentéisme qui alourdit la charge de ceux qui restent... Le plus grave est ailleurs, dans la démission de l'Institution

2- La prévention répressive : A l'aide de neuroleptiques, le personnel tasse préventivement les patients irritables, réprime dès leur apparition toutes les tentatives d'expression agressive et utilise largement la chambre d'isolement. Dans le très court terme, le procédé est sans doute efficace si l'objectif est seulement d'assurer le maintien de l'ordre. Dès que le patient bouge de manière inquiétante, on lui saute dessus et on lui administre l'injection qui doit le calmer rapidement. Mais décider que l'autre est dangereux et agir en conséquence, n'est-ce pas mettre en place ce qui va effectivement le rendre dangereux et me confirmer ainsi dans ma conviction de soignant ? Le patient n'est-il pas conduit ainsi à voir les infirmiers comme des gardiens et des ennemis plutôt que comme des soignants qui sont là pour l'aider ? A toutes les frustrations et violences anciennes et récentes qui ont installé en lui tant de fureur, on va ajouter la frustration de ne pouvoir exprimer ce qui gronde en lui, la violence de l'injection et la punition de la chambre d'isolement. Quelle confiance peut-il garder pour l'infirmier qui lui dira vouloir seulement l'aider ? D'autre part, cette *politique de la contention* focalisée sur la violence potentielle pourrait conduire à négliger les patients inhibés puisqu'ils sont inoffensifs.

3- La prévention thérapeutique : L'équipe met en place tout ce qui favorisera le travail émotionnel des patients (expression de la rage, de la colère mais aussi de la peine, de la peur, du dégoût) sans réduire la sécurité des uns et des autres. Une telle démarche ne peut être adoptée que si l'ensemble de l'équipe soignante y est prête, à commencer bien sûr par les médecins. Ce sont eux - avec la coopération des infirmiers - qui sont les mieux placés pour évaluer les risques et décider des protections à instaurer mais pour installer des pratiques nouvelles, il est indispensable de commencer par une phase de sensibilisation collective au cours de laquelle chacun peut dire ses peurs et ses réticences face à un changement de perspective aussi radical.

Dans le Service du Dr H., il est interdit d'injurier et bien sûr de frapper quiconque, et les médecins comme les autres soignants se mobilisent pour assurer cette protection des personnes. Mais dans le même temps, ils se mobilisent pour que, de façon quotidienne, tous les patients - y compris ceux qui souffrent d'inhibition - parviennent à trouver leur propre chemin vers l'extériorisation de leurs sentiments négatifs<sup>1</sup>. Deux salles insonorisées et capitonnées fournissent aux patients individuellement ou en petit groupe, des lieux confortables pour crier et extérioriser sur de gros coussins solidement enveloppés, leur colère ou leur rage. De grosses poupées rudimentaires et solides (fabriquées sur place) figurent quelques images d'autorité susceptibles d'inspirer des émotions puissantes et des tirs groupés de balles en mousse légère... Des soignants volontaires les encouragent et les aident à mettre des mots sur l'émotion qui s'est donné libre cours. Par leur présence bienveillante, ils évitent ou limitent la culpabilité qui pourrait surgir après coup. Bien entendu tous les patients ne sont pas prêts à crier et à taper de cette façon ; de même les soignants, même lorsqu'ils sont acquis au principe de cette démarche, ne sont pas tous prêts à accompagner ce mode d'expression tonitruant. D'autres activités sont proposées, par exemple :

- Un groupe conduit par un médecin permet aux patients qui le souhaitent d'exprimer leurs insatisfactions immédiates, de les élaborer, de les transformer le cas échéant en revendications qui seront rédigées, regroupées en un cahier. Des volontaires constituent la délégation<sup>2</sup> qui va se préparer à la démarche réelle par des jeux de rôles dans lesquels les patients - s'ils y consentent - seront alternativement délégués des patients et représentants de l'autorité hospitalière...

- Un autre groupe écrit et met en scène une pièce de théâtre pleine de bruit et de fureur.

- Un troisième prend en charge la vidéo du Service. Les émissions et les films considérés par le groupe comme intéressants sont enregistrés et proposés ultérieurement. Chaque fois, des temps d'échanges sur le vécu, en petits groupes, suivent la diffusion. Les objectifs : intégrer ce qui a pu être perturbant, permettre aux émotions qui ont été mobilisées de pouvoir aussi se dire en mots, repérer les séquences<sup>3</sup> qui pourraient constituer des embrayeurs émotionnels pour telle ou telle personne en fonction de sa pathologie et de son histoire. Par exemple, dans un téléfilm américain, "*Autopsie d'un meurtre*", une séquence montre de jeunes enfants qui assistent terrorisés à une scène très dure de violence conjugale. Reçue vers 22 heures en fonction des hasards de la programmation, une telle séquence peut perturber des patients qui vont peu après se coucher et devoir trouver le sommeil. Repiquée et regroupée avec des séquences semblables, elle fournit au thérapeute un outil de réactivation puissant à employer dans les temps de travail thérapeutique (en groupe ou en relation duelle. Je mentionne pour mémoire, car elles sont plus classiques, les actions de psychodrame, la chorale, le sport, l'ergothérapie, etc...

Je sens que vous aimeriez, ami lecteur, savoir dans dans quel hôpital se trouve ce Service. C'est aussi la question que je me suis posé...

### **certaines activités professionnelles**

Certaines activités professionnelles sont facilitatrices dans la mesure où elles fournissent à la personne l'occasion d'extérioriser leur violence par des gestes socialement acceptés : abattre du bétail, hacher de la viande, fendre du bois, pétrir de la pâte, marteler du métal, faire sauter des bâtiments vétustes, casser des voitures, se servir

---

<sup>1</sup> Bien entendu, cela ne signifie pas qu'ils y parviennent avec tous, ni qu'ils y parviennent immédiatement !

<sup>2</sup> Ce qui est ici décrit s'inspire largement de *l'apétothérapie* (du grec *apaiteo* : je revendique), une méthode de sociothérapie malheureusement méconnue de ceux qui ne jurent plus que par la chimiothérapie... Cf. "*Le vide social*" de COURCHET et MAUCORPS, et les articles de SIVADON dans "Évolution psychiatrique" n°1/1951 et de D. LEGRAS dans Le Groupe Familial n°40 (juil. 68)

<sup>3</sup> Cette vidéothèque thématique peut être rapprochée de la bibliothèque thématique que les praticiens de l'expression scénique se constituent. Cf. "*l'expression scénique*" d'EMILE DARS et J.C. BENOIT

d'un scalpel, battre les tapis ... La remarque faite plus haut concernant le punching ball s'applique aussi à toutes ces pratiques...

### **l'action politique ou syndicale**

Terrain de choix pour la destructivité la plus féroce (guerres de tous ordres, terrorismes, dictatures policières, crimes avec l'alibi de la "raison d'Etat" ...), l'action politique peut aussi offrir l'occasion de vivre sa violence hors de toute destructivité. Même si l'on n'est pas du tout prêt à suivre l'exemple non-violent de GANDHI, les occasions de manifester collectivement et pacifiquement son mécontentement ou son indignation, ne manquent pas...

### **des activités d'expression**

On peut jouer au théâtre des rôles violents, écrire des polars ou des tragédies "*pleines de bruit et de fureur*", pratiquer le rock ou certaines danses africaines, certaines formes d'expression corporelle, etc.

### **le mode fantasmatique**

Depuis ARISTOTE, on connaît la valeur thérapeutique de certains spectacles qui permettent "*la purgation des passions*". L'argument ne vaut pas seulement pour le théâtre : L'identification au bourreau qui met à mort ou torture, au rebelle qui brise ses chaînes et abat le tyran, à des personnages de faits divers réels, de films, de BD ou de romans permet de sortir sa violence par personne interposée... Certains vont ruminer inlassablement de terribles vengeance qui jamais ne seront agies, et ils éviteront ainsi de commettre des actes irréparables. S'ils trouvent une écoute sans approbation ni réprobation<sup>1</sup>, une élaboration s'opère qui permet à long terme une certaine pacification. Ce qui ne peut être assumé éveillé, peut passer par le rêve soit directement soit sous un déguisement qui rend la violence acceptable ...

## **LES CHOIX INDIVIDUELS**

La répartition entre les différentes façons de décharger sa destructivité se fait en fonction de l'histoire individuelle de chacun, de l'histoire familiale et de déterminismes sociaux multiples.

Par exemple une destructivité intense associée à une conscience morale rigoureuse poussera plutôt vers les conduites d'auto-destruction excluant le suicide proprement dit. Le plus souvent, conduites d'auto-destruction et d'hétéro-destruction sont plutôt préférentielles que totalement exclusives l'une de l'autre.

Celui qui prend la décision de suicide, est plus ou moins hétéro-destructeur selon qu'il avale des barbituriques, qu'il se jette sous un métro vers 18h, ou qu'il lance sa voiture contre un autocar. Il n'est pas rare que le gros fumeur choisisse de vivre sa noble passion près d'un berceau ou dans un bureau collectif mal ventilé...

---

<sup>1</sup> C'est normalement ce qu'on attend d'un psychothérapeute mais parfois une amie est capable d'offrir ponctuellement une telle écoute.



## DECLENCHEMENT D'UNE AGRESSION

### Moteur emballé ou freins hors service?

Bien des gens prennent l'événement déclencheur d'une agression pour LA CAUSE de cette agression . Nous avons vu comment toute une énergie négative s'accumule au long des années à partir des maltraitances alourdies de frustrations ouvertes et de micro-frustrations qui seront "lues", interprétées en fonction de tout ce que la personne a vécu antérieurement.

Il arrive que des personnes se suicident après un contrôle fiscal ; dans le grand public plutôt hostile à l'administration, on a vite fait de conclure que le contrôle fiscal est LA cause du suicide, alors qu'elle n'est (et ce n'est pas rien) qu'un facteur occasionnel, la grosse goutte d'acide qui a fait déborder la coupe ; sa mise en relief a pour effet de camoufler l'essentiel dans ce qui a conduit jusqu'à cette décision de mort.

D'une certaine façon, on pourrait dire que la réalité immédiate dans sa globalité fournit la stimulation et/ou la levée de l'inhibition qui permettent l'entrée dans une conduite violente. La totalité des frustrations passées et actuelles apportent l'énergie tandis que les maltraitances notamment celles de la première enfance fournissent

-la signification

("Une fois de plus, on ne m'a pas écouté ! On s'est encore foutu de moi !")

-le mode de réaction <sup>1</sup>

(contre qui ? comment ? etc.)

C'est la totalité de l'expérience vécue qui donne sens à l'incident présent<sup>2</sup>.

Cette loi générale est surtout évidente avec les personnes qui ont subi très tôt une persécution et qui - dans le présent - interprètent des gestes anodins comme hostiles, mais on aurait tort de croire que seules les personnes étiquetées comme paranoïaques relèvent de ce principe.

On s'est aperçu que les adolescents qui n'avaient jamais reçu que des signes de reconnaissance négative ont de la difficulté à recevoir une parole positive (à la percevoir, à y croire, à en être touché). L'arrivée d'éducateurs chaleureux peut se traduire par une détérioration des conduites s'ils négligent de commencer par l'emploi de signes de reconnaissance négatifs conditionnels ("*Si tu continues ...il y aura telle sanction ...*")

### La situation la plus courante :

1- une destructivité plus ou moins "dormante", inhibée à partir d'impératifs sociaux et moraux, éventuellement de craintes diverses (les freins)

2- un environnement actuel générateur de tension, d'insécurité et de frustrations...

3- un déclencheur

l'allumette qu'on approche du bidon d'essence, la goutte qui fait déborder le vase, la flamme qui jaillit par le rapprochement de quelques braises et l'insistance d'un soufflet - Toutes ces images sont éclairantes à condition de se souvenir que c'est la situation

---

<sup>1</sup> voir plus haut violence d'identification et violence de transfert.

<sup>2</sup> Une des idées fortes de la Gestalttheorie

globale<sup>1</sup> qui déclenche et non un mot ou un geste. C'est par exemple une insulte (l'allumette) qui réactive le souvenir d'humiliations innombrables avalées jadis dans le silence et la peur ...

et/ou

4- un frein qui lâche

l'élément (alcool, foule surexcitée, surmenage) qui lève provisoirement ou définitivement l'inhibition provenant de la conscience morale ou de la crainte d'une sanction ...

Bien entendu, même si mon inventaire n'est pas exhaustif, il suffit pour expliquer la grande diversité des cas de figure, compte tenu de l'interaction des variables en jeu :

- destructivité minimale, moyenne, intense jusqu'à la férocité
- impulsivité totale, inhibition fragile ou contrôle très fort
- seuil de tolérance plus ou moins élevé
- faiblesse ou puissance du déclencheur ou de l'élément désinhibant
- environnement plus ou moins stressant.

La décharge destructrice peut être vécue après coup comme disproportionnée par rapport à l'incident déclenchant et engendrer alors un sentiment de malaise.

"Qu'est-ce qui m'arrive ? Faire un tel drame pour si peu !" -

Tout devient plus clair si l'on considère cette explosion comme une *réactivation* où se trouvent extériorisés quelques fragments de cette colère ou de cette rage gelée depuis tant d'années<sup>2</sup> ...

Cette perspective est à rapprocher de la courbe de la violence en fonction de l'âge.

Selon les chiffres du Ministère de la Justice, les infractions volontaires contre les personnes sont à leur maximum chez les hommes de 18 à 24 ans puis diminuent fortement avec l'âge. Sans nier la valeur des autres facteurs explicatifs notamment hormonaux, on peut supposer qu'après 30 ans pour la plupart des gens, le trop plein des rages de l'enfance a été suffisamment déchargé par les divers canaux déjà évoqués. A l'intérieur des familles, on constate une atténuation de la sévérité moyenne vis-à-vis des cadets puis des petits-enfants. Puisqu'on s'est vengé, on peut tourner la page...

---

<sup>1</sup> La même plaisanterie qui aurait été reçue comme connivence en relation duelle, est vécue comme trahison lorsqu'elle est dite devant 15 personnes.

<sup>2</sup> Des réactivations comparables se produisent par rapport au chagrin, à la peur, à l'angoisse ...