



Introduction. Les phobies : même pas peur !

Jean-Pierre Benoit, Didier Lauru

DANS **ENFANCES & PSY** 2015/1 N° 65 , PAGES 8 À 11
ÉDITIONS **ÉRÈS**

ISSN 1286-5559

ISBN 9782749247793

DOI 10.3917/ep.065.0008

Date de mise en ligne : 25/03/2015

Article disponible en ligne à l'adresse

<https://shs.cairn.info/revue-enfances-et-psy-2015-1-page-8?lang=fr>



Découvrir le sommaire de ce numéro, suivre la revue par email, s'abonner...
Scannez ce QR Code pour accéder à la page de ce numéro sur Cairn.info.



Distribution électronique Cairn.info pour érès.

Vous avez l'autorisation de reproduire cet article dans les limites des conditions d'utilisation de Cairn.info ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Détails et conditions sur [Cairn.info/copyright](http:// Cairn.info/copyright).

Sauf dispositions légales contraires, les usages numériques à des fins pédagogiques des présentes ressources sont soumises à l'autorisation de l'Éditeur ou, le cas échéant, de l'organisme de gestion collective habilité à cet effet. Il en est ainsi notamment en France avec le CFC qui est l'organisme agréé en la matière.



MÊME PAS PEUR ?

LES PHOBIES DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT

**Jean-Pierre Benoit
Didier Lauru**

Introduction

Les phobies : même pas peur !

Jean-Pierre Benoit, psychiatre,

Maison des adolescents –

Maison de Solenn,

CHU Cochin, Paris.

Didier Lauru, psychanalyste,

psychiatre,

président du Collège international

de l'adolescence (CILA).

De ce réel parfois si dangereux que constitue le monde qui nous entoure, le sujet doit se protéger. Que serions-nous sans la peur ? Sans le comportement réflexe de fuite vers lequel elle nous entraîne ? Sa fonction de protection et de défense a protégé notre espèce des grands prédateurs, pendant la Préhistoire, quand l'homme risquait sa vie au milieu d'une nature sauvage.

Son rôle apparaît tout aussi important à l'échelon individuel. Du bébé à l'adulte, en passant par l'enfance et l'adolescence, la peur peut être considérée comme constitutive d'une limite. Limite ou frontière qui sépare l'homme du monde extérieur ; le monde interne, celui de l'appareil psychique, du monde externe, celui du réel. Au fur et à mesure de son développement, le sujet apprend à distinguer le dangereux, de ce qui ne l'est pas. Par les expériences et leur répétition, par l'intermédiaire de l'émotion, le sujet attribue une valeur rassurante ou inquiétante à chaque objet qui l'entoure ou qu'il peut rencontrer.

Si la peur est intemporelle, ses objets se déplacent au cours de l'Histoire. Nous n'avons plus les mêmes peurs que nos ancêtres. Nous n'avons plus peur que le ciel nous tombe sur la tête, mais notre peur de l'infiniment petit se développe à mesure de sa connaissance. Les craintes devant les maladies infectieuses, virales en particulier, nous l'ont bien démontré.

L'affect peut être considéré isolément. On peut l'appréhender comme un quantum d'énergie (quantum d'affect au sens freudien), sans tenir compte de la nature de l'objet qui le provoque. Il peut être mesuré, quantifié, etc.



« J'ai peur » peut alors se compléter par « un peu, beaucoup, passionnément, à la folie... ». Les thérapies cognitives et comportementales cherchent à diminuer son importance, à amoindrir l'émotion en habituant le sujet à l'objet de sa peur. Par des confrontations renouvelées et progressives, elles visent l'extinction de l'intensité de l'affect pour permettre au sujet de dépasser sa peur et d'éviter la fuite.

Mais la phobie que nous étudions ne se résume pas à la peur. La phobie est folie. Elle refuse la logique et fonctionne dans l'irrationnel. La peur s'emballe, devient démesurée, incompréhensible. Pourquoi cette peur de traverser le Pont-Neuf sur la Seine ? Pourquoi cette peur des pigeons ? Transposé au règne animal, cela revient à se demander pourquoi l'éléphant a-t-il peur d'une souris ? Les fables, les contes, les bandes dessinées ou les dessins animés s'appuient sur l'imaginaire et la dérision pour représenter la peur. Ces animaux sont alors hu-ma-ni-sés. Il faut de l'humain pour qu'il y ait de la phobie. De l'humain, c'est à dire, une subjectivité, un sujet divisé par son inconscient. Un individu, pour des raisons qui lui sont propres, fera d'une souris un enjeu mortel. Que peut-on y comprendre ?

Il faut attendre Freud pour voir surgir une explication, une théorisation de cet irrationnel, théorisation qui accorde une place à la subjectivité, en dévoilant les ruses de l'appareil psychique. Une représentation peut en cacher une autre. Devant la Loi symbolique de l'Œdipe qui interdit l'inceste, l'homme trouve une parade au conflit qui oppose son désir à l'interdit. L'étude des aventures du petit Hans dans *Cinq psychanalyses* permet de comprendre le sens d'une phobie infantile. Lorsque le père s'oppose au lien œdipien que l'enfant se verrait bien entretenir avec sa mère, Hans déplace sur les chevaux le rapport hostile qu'il sent naître envers son père. Le nouveau compromis est socialement plus acceptable. Un enfant peut très bien avoir peur des grands animaux. On y verrait que du feu sans l'hypothèse psychanalytique.

Ainsi s'organise un déplacement, une représentation vient à la place d'une autre pour cacher les désirs interdits. On parle de tension, de conflit intrapsychique, de culpabilité, autant d'éléments du registre de la névrose, dans son articulation autour de la scène triangulaire de l'œdipe, un père, une mère, un enfant. Mais la clinique nous montre que les manifestations phobiques ne se développent pas seulement dans les troubles névrotiques. Les phobies se rencontrent chez le névrosé, mais également dans la psychose ou les états-limites. Les phobies atypiques, en particulier les dysmorphophobies portant sur une partie du corps, ont souvent été considérées comme le symptôme d'une possible entrée dans la schizophrénie. Elles apparaissent souvent à l'adolescence, lorsque le corps change si vite. À mi-chemin entre la névrose et la psychose, l'angoisse d'abandon caractéristique des états-limites peut réorganiser la vie du sujet sur un mode phobique. Ainsi, la phobie n'est pas une structure, ni névrose ni psychose, mais un état possible de la structure.



Chaque âge a ses phobies. De l'enfant à l'âge adulte, les phobies évoluent dans leur nature et leur fonction. L'enfance est dominée par les phobies d'animaux, par les gros, puis par les petits. Elles témoignent de l'évolution psychique sous-jacente, si bien que les phobies infantiles ne sont pas pathologiques. Elles permettent de lier l'angoisse à certaines représentations externes. L'adolescence avec la puberté pose la question de l'autre, sous les auspices de l'amitié ou de l'amour. De l'intersubjectivité à la séduction, du genre à la sexuation, de l'érotisation à la sexualité, les relations peuvent être prises dans une organisation phobique temporaire, donnant lieu plus souvent que dans l'enfance à des phobies de situation : phobie scolaire (appellation souvent impropre à la situation clinique), phobie sociale, phobie des transports, éreutrophobie (peur de rougir en public). À cet âge, l'émotion domine le fonctionnement psychique et s'exprime soit dans la mise en acte, soit au contraire par l'inhibition, selon deux modalités opposées, en tout ou rien. L'intensité émotionnelle de la peur peut être telle que les phobies peuvent devenir extensives, conduisant le sujet à un état « panphobique » ; tout fait peur. Ainsi dans la phobie scolaire : peur de l'école, de l'enseignant, des camarades de classe, peur des notes, de l'architecture du bâtiment, etc. Dans la phobie sociale : peur des autres, peur de la foule, des transports, etc. Certains adolescents finissent par dire : « J'ai peur d'avoir peur » !

La peur s'inculque, s'apprend, se conditionne, se transmet. On se contamine par la peur des autres. Les observations montrent que les enfants phobiques sont souvent surprotégés par un parent phobique ou anxieux, la peur se transmettant de l'un à l'autre, implicitement. Grandir dans un monde considéré par l'autre comme inquiétant ne rassure pas. La vulnérabilité devant la peur peut trouver son véhicule dans les transmissions transgénérationnelles familiales. Si l'enfant doit recevoir de ses parents défense et protection, cette fonction doit s'effacer progressivement pour laisser place à l'autonomie. Les positions contraphobiques parentales doivent pouvoir évoluer pour empêcher la protection naturelle et nécessaire de devenir une surprotection emprisonnante.

Aujourd'hui, le succès du concept de phobie l'a conduit à perdre ses lettres de noblesse pour tomber dans l'usage courant. Il est employé à tort et à travers, dévoyé de son sens, sans discernement. L'empêchement, l'impossible, l'inhibition sont trop vite rangés derrière la phobie. Si le syndrome de phobie scolaire continue sur cette voie, tous les absentéistes se rangeront bientôt sous son paradigme médical. La phobie devient esquive, masque, camouflage, comme en témoigne la récente tentative d'invention de « *la phobie administrative* ».

Nous proposons donc dans ce numéro de revisiter la phobie. Tant dans sa place fonctionnelle au cours du développement, pour en comprendre sa valeur psychodynamique, que dans ses nouveaux masques symptomatiques dans le monde contemporain qui nous entoure. Au-delà de la simple



Introduction

description et même de son analyse, sa prise en charge est fondamentale aux deux grands âges qui concernent la pédopsychiatrie :

- dans l'enfance, pour tenter d'enrayer l'évolution vers un fonctionnement phobique serré ;
- à l'adolescence, pour limiter les contre-investissements que sont l'isolement et la déscolarisation.

Si les approches comportementales peuvent dénouer le vif de certains symptômes, l'approche psychodynamique reste une indication privilégiée, dans tous les cas de phobies de l'enfant et de l'adolescent. Car les phobies restreignent considérablement l'espace et l'élan vital du sujet, même si celui-ci-énonce souvent le fameux : Même pas peur !