

La cure analytique à distance : Skype sur le divan

Le titre de cet ouvrage pourrait sembler provocateur à l'égard des psychanalystes méfiants face à ces nouvelles techniques numériques, méfiants, surtout, à toute idée de les utiliser dans un travail analytique. Le sous- titre *Skype sur le divan*, la préface de Serge Tisseron, comme l'introduction de Frédéric Tordo et Elisabeth Darchis, rassureront à n'en pas douter ceux qui hésiteraient à ouvrir ce livre.

Il s'agit bien, en effet, d'une mise en question du travail analytique à distance, que ce soit par téléphone ou par *Skype*. Cette mise en question est le fait de psychanalystes qui se sont risqués à faire usage de ces dispositifs.

Des critiques, virulentes parfois, émanent de psychanalystes n'ayant aucune pratique de la thérapie analytique à distance et s'y refusant par principe. Les arguments utilisés peuvent porter sur l'absence de confidentialité que comporteraient ces techniques, ou l'absence de « véritable » rencontre, la sensorialité imposée par la présence des corps, faisant défaut, ou encore sur le plan éthique, la pratique à distance serait choisie davantage pour le « confort » de l'analyste qu'en fonction des besoins du patient... D'autres critiques sont le fait de thérapeutes ayant pratiqué des thérapies en ligne, remarque Serge Tisseron dans sa préface. Elles portent sur les difficultés et écueils techniques, les « caprices » de l'outil technique : difficultés de connexion survenant à un moment crucial de la séance, déformation de l'image (notamment des visages). Enfin, la difficulté à imposer une stabilité du cadre... Les auteurs rappellent l'origine du travail analytique à distance. Elle est récente (fin du XXe siècle) et liée aux nécessités de la formation de candidats analystes chinois dans le cadre de l'API, candidats, en général, préalablement analysés de façon traditionnelle. On ne peut donc pas dire que l'analyse par *Skype* ait « remplacé » l'analyse personnelle sur le divan : aux conditions de l'API, les séances à distance sont d'ailleurs décomptées du nombre de séances obligatoires pour les candidats analystes.

Dans leur introduction, Elisabeth Darchis et Frédéric Tordo citent tout d'abord Abraham et Torok pour nous rappeler que l'héritage de Freud est avant tout un héritage de pensée visant à nous libérer des préjugés et qu'il nous a légué « l'idée et non les dogmes, l'esprit de découverte et non de répétition » 1. Ils nous résument ensuite les recommandations de l'API à propos de l'analyse à distance. Nous nous contenterons d'en citer quelques-unes pour exemple.

L'analyse à distance ne devrait être adoptée qu'en cas de circonstances exceptionnelles.

- Les analystes qui travaillent avec toute forme d'analyse à distance ne doivent pas supposer que tous les patients sont capables de le supporter. Ainsi est-il important d'évaluer si l'analyse est contre-indiquée cliniquement ou éthiquement parlant. Dans ce sens, les entretiens préalables deviennent cruciaux. Il est essentiel qu'une analyse destinée à continuer à distance, puisse commencer, en personne, et que l'analyste et le patient se rencontrent également en personne autant que possible et au moins une fois par an.
- La période « en cabinet », la plus longue possible, permet l'ancrage du transfert, elle facilite les processus de transfert et de contre-transfert.
- L'analyse par téléphone ou par *Skype* doit être prise en considération seulement lorsque la distance géographique est une difficulté véritable et insurmontable.

- L'analyste devrait débattre avec le patient du caractère expérimental des méthodes impliquant les Télécommunications, ainsi que de la différence entre l'analyse par *Skype* et téléphone et l'analyse en cabinet.

On voit que, même si chaque situation clinique est singulière, l'utilisation du téléphone ou de *Skype* n'est pas pour autant laissée à la fantaisie de chaque analyste. Cette utilisation se doit d'être réfléchie, quelques règles doivent être respectées, un cadre doit être établi, le caractère expérimental de l'usage de ces outils techniques dans le travail analytique ne doit être ni caché, ni minimisé.

Le corpus de l'ouvrage comporte la relation de l'utilisation du travail analytique à distance par différents analystes. Alberto Eiguer, tout d'abord. Il nous présente deux cas cliniques, celui d'une jeune femme et celui d'un homme d'une soixantaine d'années, toujours en activité professionnelle.

Dans les deux cas, une psychothérapie en face à face classique a précédé la thérapie à distance par *Skype* utilisée lors d'un départ à l'étranger pour l'une, en raison de l'éloignement géographique et de déplacements professionnels pour l'autre. Alberto Eiguer pose trois questions, d'entrée :

1- L'utilisation de moyens de communication à distance pour les séances d'analyse ou de thérapie analytique, permet-elle le développement d'un processus analytique accompli ?

2- Comment reconnaître et élaborer les effets de la communication à distance : la difficulté, côté patient, à prendre conscience des signaux présymboliques sensoriel-affectif-moteurs et, côté analyste, à les intégrer ?

3- L'utilisation de ces moyens permet-elle de creuser des domaines inconscients particuliers ?

Alberto Eiguer nous montre que l'utilisation de *Skype* ou du téléphone, facilite la mise en place de résistances spécifiques, à analyser, car ce ne sont jamais de purs produits de la technique. Elle peut aussi faciliter l'apparition d'éléments restés dans l'ombre lors des séances effectuées de façon traditionnelle, au cabinet de l'analyste. Il nous rappelle enfin l'essentiel : « C'est l'endurance de l'analyste, sa capacité à survivre à la résistance qui aura un effet conséquent : un rappel que son champ de travail est la réalité psychique. Dès lors que cette réalité psychique se mobilise et se privilie, nous restons dans le champ de l'analyse ».

Avec l'exposé de Frédéric Tordo, est abordée la question cruciale du transfert dans l'analyse à distance.

Le travail analytique qu'il rapporte est un travail en face à face avec des patients « états limites ». En raison même des caractéristiques de leur fonctionnement psychique, la présence corporelle des deux protagonistes est indispensable à l'établissement du transfert que Frédéric Tordo nomme « primordial ». Citant Laplanche, il nous rappelle que : « la situation analytique réinstaure une situation originale, une situation anthropologique fondamentale qui s'éprouve dans une « dissymétrie ». Là où l'adulte propose à l'enfant des signifiants non verbaux aussi bien que verbaux, voire comportementaux, imprégnés de significations inconscientes. « On ne peut imaginer, nous dit Frédéric Tordo, qu'une telle situation anthropologique puisse se dérouler sans la mise en lien de deux corps en présence ». « Le corps est présent dans la situation analytique comme représentant psychique d'une part, en s'éprouvant dans une mise en lien entre deux corps qui rejouent la scène originale, d'autre part ». Il est donc clair que Frédéric Tordo ne nous propose pas du « tout-par-*Skype* ». Le travail analytique s'inaugure dans les conditions habituelles, ici dans la forme « fauteuil-fauteuil », en face à face. L'utilisation de *Skype* n'est proposée qu'en raison de changements dans la situation du patient rendant impossible sa présence régulière au cabinet, son fonctionnement psychique rendant par ailleurs très difficile, sinon impossible, l'interruption du travail commencé.

C'est donc dans ces conditions que Frédéric Tordo analyse finement le transfert et son évolution, il décrit les phases suivantes :

- Le transfert primordial : premier temps qui s'établit dans la relation directe à l'analyste avant toute mise en place de l'analyse à distance.
- Le transfert médiatisé : lorsque l'analyste et le patient se rencontrent « à distance », l'un et l'autre placé devant un écran qui diffuse leurs images. Le transfert primordial se transforme par la médiation du canal numérique, les deux protagonistes aux objets-images
- enfin le troisième, qui serait celui que les corps finissent par être oubliés, alimentant une sensibilité commune détachée.

Il expose ensuite un cas clinique, celui de Charles, dont les déplacements, au cabinet de l'analyste, sont quasiment impossibles. Chez ce patient, présenté comme fétichiste, il semble que la médiation représentée par *Skype* ait favorisé une évolution positive liée aux particularités transférentielles qui ont pu se développer.

Dans le cadre d'un travail analytique en périnatalité, Elisabeth Darchis a été amenée à pratiquer des séances par téléphone avec des patientes devant rester alitées en raison de risque de fausse-couche ou d'accouchement trop prématûr, et donc dans l'impossibilité de se rendre au cabinet de l'analyste.

A la différence des cas déjà évoqués, la psychothérapie est susceptible de débuter avec ou sans rencontres préalables au cabinet de l'analyste. En l'absence de rencontre préalable, tout passe d'entrée de jeu par la voix, favorisant la régression à ce moment où la voix est ce que, l'enfant dans le ventre de sa mère, perçoit d'elle de façon très particulière.

Un type de communication primaire s'établit où, « le sonore des voix semble aussi tisser un lien et consolider une enveloppe première ». E. Darchis nous rappelle qu'à « l'origine était le son » et cite D. Anzieu décrivant une « enveloppe sonore du Soi », véritable miroir sonore entre le bébé et son environnement.

On peut penser que la voix de l'analyste, bien qu'à distance, constitue à l'instar de la voix maternelle, une enveloppe sonore permettant le passage du dedans au dehors et réciproquement. Celui-ci étant impossible au début du travail alors que prime une indistinction entre soi et l'autre. Lorsque la patiente est autorisée par le corps médical à se déplacer, la rencontre avec le psychanalyste peut avoir lieu. Rencontre, source d'étonnement pour les deux protagonistes, qui représente sans doute la sortie de cet état d'indifférenciation et ne peut manquer d'évoquer la découverte du bébé réel par la mère après l'accouchement.

En conclusion, E. Darchis, insiste sur l'importance de cette rencontre « en chair et en os » qui contribue, sans doute, « à la séparation des corps et des sujets ».

Restent quelques questions à propos de l'outil qu'est le téléphone : les effets de son utilisation sont-ils différents d'un patient à l'autre ? D'un thérapeute à l'autre ? Peut-on décider de la mise en place d'un tel dispositif sans réfléchir aux multiples variantes et singularités des diverses situations ?

On ne peut que souhaiter le partage des diverses expériences des psychanalystes en ces domaines : il permettra l'élaboration, la conceptualisation, la théorisation de cette pratique de la psychothérapie à distance et son évaluation. Véronique Lopez Minotti et Anna Marques Lito présentent l'une, des exemples de psychothérapies individuelles par *Skype*, l'autre, des thérapies de couple avec alternance de séances au cabinet de l'analyste et de séances par *Skype*.

Cet ouvrage collectif se conclut par une contribution de Elisabeth Darchis intitulée « Crainte devant les machines. Un obstacle en psychanalyse ? ». Elle nous incite à nous questionner sur notre frilosité, voire nos peurs irrationnelles, vis-à-vis des nouvelles technologies... « La psychanalyse a

souvent dénigré et rejeté ce qui sortait des sentiers classiques et du divan, nous dit-elle. L'inconnu et le nouveau ont suscité des craintes chez le psychanalyste qui semble avoir peur des nouveaux outils, du monde numérique, des ordinateurs, des machines ou des écrans ».

Il me semble justement que cet ouvrage est de nature à mettre les choses à leur juste place. Les auteurs, tous psychanalystes, ayant pratiqué des séances de psychothérapie par *Skype* en alternance avec des séances au cabinet, nous indiquent les précautions à prendre, les indications et les limites de son utilisation. Autrement dit, il existe une éthique de cette forme de pratique. On ne peut que recommander la lecture de ce livre témoin de la recherche vivante des psychanalystes, soucieux de le rester, sans négliger ce que leur époque apporte de nouvelles possibilités.