La menace dépressive à l'adolescence

L'auteur de ce livre, Alain Braconnier est psychiatre, psychologue, psychanalyste, ancien président de la Société Internationale de Psychiatrie et de Psychologie de l'Adolescent (ISAPP). Il est responsable de la formation à la psychothérapie psychanalytique de l'adolescent et de l'adulte (APEP) au groupe hospitalier Pitié-Salpêtrière.

Ce livre paraît dans le cadre de la collection Thema Psy, dirigée par Manuelle Missonnier, dans laquelle il est proposé, à un certain nombre d'auteurs, de transmettre leur parcours et leur expérience à l'épreuve de leur pratique clinique.

Dans cet ouvrage, Alain Braconnier témoigne de son expérience psychothérapeutique, psychanalytique de 40 ans avec des adolescents de tous âges. Il y développe la notion, centrale à ses yeux et très porteuse pour soigner ceux-ci, de « menace dépressive ». Il s'agirait d'un processus marqué par « les adieux à l'enfance », propre à tous les adolescents et à différencier de la véritable dépression. Cette notion qu'il développe sous plusieurs axes, tout au long de son livre, permet d'entendre autrement les défenses psychiques adolescentaires et leurs enjeux sous-jacents, conscients et inconscients.

Une première partie, plus théorique, sous-tendue par les concepts développés, entre autres, par D.W. Winnicott, A. Freud, C. Bollas, R. Roussillon, en s'appuyant sur les idées « d'objet transitionnel et transformationnel », permet de mieux comprendre certains symptômes tels que les conduites addictives et certains passages à l'acte, entendus comme des « pulsions messagères ».

Une deuxième partie développe, dans un aller-retour entre élaboration théorique et clinique, certains aspects typiques du fonctionnement adolescentaire que l'auteur met très souvent en parallèle avec le fonctionnement état-limite. La manière dont Alain Braconnier déploie ces notions résonne tout particulièrement pour les cliniciens qui travaillent avec les jeunes de cet âge.

Dans la troisième partie, l'auteur propose, à travers ses réflexions et plusieurs vignettes cliniques, des pistes plus techniques sur l'approche psychothérapeutique et psychodynamique sous-tendue par une écoute psychanalytique de cette « menace dépressive », quel que soit le cadre du dispositif de soin.

Alain Braconnier évoque le « désenchantement » adolescen-taire, le renoncement à l'enfance, la difficulté et le désir ambivalent pour le jeune de développer son autonomie et il préfère, pour différentes raisons qu'il explicite, employer la notion de « processus de séparation » plutôt que celle de « processus de deuil » à cette période de la vie. Il montre bien la difficulté que peuvent avoir de nombreux adolescents à « penser l'impensé voire l'impensable» qui va au-delà de « simples » processus de refoulement mais qui peut être liée à l'angoisse et aux mécanismes de déliaison que celle-ci peut provoquer. Certains liens intrapsychiques entre ce que l'adolescent a pu vivre comme traumatisme, abandon, désamour, au cours de son enfance, sont trop douloureux et angoissants à penser. Il suggère, alors, d'essayer de développer une « fonction réflexive » qui permettra d'accéder, par la suite, à ces contenus impensés en co-créant, avec le psychothérapeute, un espace d'échanges, ce qui demande un investissement authentique de la part du soignant, potentiellement « terreau » de transformation du fonctionnement psychique défensif.

L'auteur développe, de manière très subtile, tout le questionnement de l'adolescent sur son lien à ses objets internes et comment les liens précoces, en fonction de la manière dont ils ont pu se déployer, jouent un rôle essentiel dans l'ambivalence de ses mouvements

d’attachement/détachement, particuliers à cet âge. Plus le lien aux objets internes sera fragile, plus la rigidité et l’emprise sur la maîtrise et le contrôle des objets externes seront puissantes. Alain Braconnier utilise une formule que je trouve très parlante : « Ils ne peuvent s’éprendre de peur de ne pouvoir se déprendre », ce qui colore de différentes façons (pouvant aller jusqu’à un besoin de maîtrise absolue) les relations aux objets externes qui peuvent entraîner de graves addictions.

Il en vient à développer plus spécifiquement l’originalité de son propos, cette notion de « menace dépressive » qui plane sur l’adolescent. Plusieurs formes d’angoisse traversent le jeune, entre autres la réactivation des angoisses infantiles, mais celle dont l’auteur veut nous parler est une forme d’anxiété anticipatrice qui serait liée à la crainte de ne plus pouvoir faire face, de ne plus être à la hauteur, comme si l’adolescent « anticipait anxieusement la survenue d’un effondrement dépressif ». Nous retrouvons chez un grand nombre de ces adolescents qui présentent des symptômes variés, liés à l’angoisse et qui peuvent être défensifs, un passage souvent insidieux de l’angoisse de la menace dépressive à la dépression franche.

Ce qui amène l’auteur à développer l’idée d’une « clinique de la menace ». Clinique sous-tendue par des questionnements identitaires, narcissiques, souvent profonds, des angoisses de séparation et d’abandon qui amènent le jeune à déployer des stratégies défensives souvent inappropriées voire destructrices et sources de dévalorisation de soi encore plus grande. L’élaboration interne de la transformation des objets d’amour de l’adolescent vers d’autres objets peut également être ressentie comme menaçante et trop exigeante pour son narcissisme déjà bien fragile.
La rencontre avec le psycho-thérapeute ou le psychanalyste peut l’amener, à travers un travail de reconstruction des expériences infantiles, à élaborer progressivement la séparation, la transformation de ses objets internes et à remanier son fonctionnement psychique, à transformer « cette clinique du tout ou rien vers une clinique de l’entre-deux ».

Dans la dernière partie de son livre, Alain Braconnier nous amène à penser différentes pistes pour tenter ces transformations psychiques, en gardant comme fil rouge de son élaboration cette notion de menace dépressive qui devrait nous alerter, en tant que clinicien quand nous recevons certains adolescents qui ne sont pas suffisamment entendus dans leurs angoisses et dans tout ce que leur exigence d’idéalité peut entraîner comme crainte de l’effondrement psychique.

En conclusion, le livre d’Alain Braconnier est très riche, il s’appuie sur son expérience théorico-clinique pour nous transmettre sa passion pour son métier et son engagement, sous-tendue par sa confiance dans les processus transformationnels. L’auteur y développe ses idées originales et particulièrement cette notion de « menace dépressive » comme une porte d’entrée vers le psychisme et l’écoute psychanalytique de l’adolescent qui permettrait de co-créer un espace thérapeutique porteur de changements. Cette approche ouvre une perspective dynamique qui nous aide à continuer à penser et à travailler avec certains jeunes d’aujourd’hui pour lesquels l’exigence narcissique semble de plus en plus tyrannique.