



## COLLOQUE PSYCHOENFANTS LES ENJEUX NARCISSIQUES

26 novembre 2005 – Paris

Cette communication propose une réflexion sur les « enjeux narcissiques » en évoquant une des problématiques les plus archaïques : la problématique narcissique. Le terme d'enjeu concerne non seulement le développement harmonieux de la personnalité de l'enfant dans le cadre de sa socialisation, mais aussi la relation que les parents entretiennent avec lui. Pour les besoins de la démonstration, je me référerai non seulement aux théories psychanalytiques qui apportent un éclairage sur la construction des structures psychiques, mais aussi aux neurosciences qui permettent de comprendre comment le cerveau traite les informations. Une expérience clinique en tant que psychanalyste auprès d'enfants, d'adolescents et d'adultes dans les structures d'accueil spécialisées étayera les différents cas cliniques que je présenterai à la fin de l'exposé.

### **En premier lieu, je souhaite restituer le mythe de Narcisse et son interprétation.**

Dans la mythologie grecque, Narcisse, était un jeune homme d'une beauté éclatante qui restait insensible aux sentiments d'amour dont il était l'objet. Il rejeta dédaigneusement les avances de la Nymphé Echo qui mourût de douleur. Le Dieu Tirésias décida de venger la Nymphé et décréta que Narcisse vivrait tant qu'il ne verrait pas sa propre image. Lors d'une chasse, Narcisse se désaltéra dans une fontaine et s'éprit d'amour pour l'image de son visage renvoyé par l'onde. Ici, la mythologie propose deux versions : Narcisse admirant de plus en plus son image chute dans l'eau et meurt noyé. Ou, Narcisse ne pouvant se détacher de son image oublie de boire et de manger. Il prend racine au bord de la fontaine et se transforme peu à peu en la fleur qui porte son nom et qui depuis se reflète dans l'eau à la belle saison pour dépérir à l'automne. Dans les deux cas, le mythe grec de Narcisse fait apparaître l'eau comme un miroir où se reflète un Moi idéalisé. C'est l'apologie de la vanité, de l'égoïsme, de l'amour et de la satisfaction de soi.

### **En quoi cela concerne t-il l'enfant ?**

Dès le plus jeune âge, la construction psychique de l'enfant se fait dans la relation à l'Autre. La mère ou le personnage nourricier occupe la place centrale, devenant le principal « objet » de la satisfaction des pulsions et des désirs de l'enfant. Par des mécanismes de projections il va faire de l'expérience, construire sa représentation du monde et sa relation aux personnes qu'il aime. L'enfant va se sentir progressivement exister si dans le regard de sa mère et/ou de son père il se sent reconnu, aimé et si des comportements d'amour de la part de son entourage valident ses perceptions. De ce processus se dégagera le besoin d'aimer et d'être aimé, ainsi que le besoin de reconnaissance présent chez tout individu tout au long de la vie. Cependant, un manque d'attention, de soin, de reconnaissance de la part des parents, vont provoquer un déficit et une faiblesse narcissique : « la faille narcissique ». Par ailleurs, une carence affective précoce issue d'une absence ou d'une inadaptation à la relation maternelle est à l'origine d'une souffrance narcissique. Paradoxalement, l'enfant doit se détacher de l'emprise qui le lie par l'identification à sa mère et à son père, pour grandir et s'émanciper.

La profondeur de la « faille narcissique », c'est à dire du déficit psychique à se sentir digne d'être aimé, induit des conséquences importantes sur la vie affective et relationnelle de l'enfant avec en filigrane, une souffrance profonde.

L'enfant ne se sentant pas aimé ou pas suffisamment comme il le désirerait, ne pourra pas s'aimer lui-même.. Il ressent alors un sentiment de vide intérieur, de nullité, la sensation de ne servir à rien. « *Je ne vauds rien, je n'ai pas de valeur* ». Il ne peut développer ni estime de soi, ni confiance en soi. Au fond de la faille narcissique se cache un sentiment de perte immense, la souffrance de ne pas être digne d'être aimé, de se sentir abandonné, la peur d'être rejeté. A ce stade, l'enfant est régulièrement dominé par des émotions insupportables qui le ramènent régulièrement à sa souffrance narcissique, à son vide intérieur. Cette souffrance peut se traduire progressivement par un état dépressif masqué, insidieux qui sera naturellement refoulé. Nous parlerons de « dépression infantile précoce ».

Le temps aidant, pour fuir ces sensations pénibles, l'enfant développe des mécanismes de défenses, principalement en s'investissant dans des conduites d'action. Elles ont pour but de le valoriser et de le préserver des sensations insupportables du manque d'amour et d'estime de soi, induisant des comportements sociaux caractérisés par une hyper-intellectualisation et une hyperactivité qui dissimulent souvent un besoin de pouvoir. La « souffrance narcissique » fait basculer l'enfant dans l'omnipotence : « la rage de vaincre », « J'y arriverai seul », « Je n'ai pas besoin des autres ».

Il teste alors sa toute puissance en installant des relations tyranniques avec l'environnement proche, les parents, la fratrie, les copains. La frustration et les interdits ne sont pas acceptables et engendrent des conduites relationnelles agressives ayant pour but la domination et l'appropriation de l'Autre. A l'âge adulte, les relations amoureuses sont le reflet de la quête sans fin d'un Amour idéalisé et insaisissable, où la multiplication des partenaires amoureux révèle souvent l'insatisfaction et la croyance que l'Autre est responsable de son bonheur. Comportement qui dissimule

souvent la nostalgie et la recherche illusoire de l'Amour maternel. La relation avec les parents est donc fondamentale, surtout quand leur propre souffrance narcissique se rappelle à eux. Dans ce contexte, il me semble opportun de mener une réflexion sur le projet parental et la « réussite » de l'enfant.

### **Le rôle de l'éducation comme mécanisme de substitution**

Réussir à l'école développe la perspective d'être intégré socialement et neutralise la peur d'être rejeté et exclu du groupe. La réussite sociale devient le principal vecteur de la reconnaissance. Il faut être brillant pour être reconnu, aimé et accepté. Or, c'est précisément ce que recherchera l'enfant ou l'individu narcissiquement défaillant, en soulignant que dans la problématique narcissique, un fossé se creuse entre le développement de l'intelligence et la maturité affective.

Dès lors, je constate bien souvent sur le psychisme des enfants les conséquences désastreuses de projets parentaux inadaptés, nécessitant des efforts disproportionnés pour réussir. Cela se vérifie dans les milieux artistiques et sportifs : le tennis, la gymnastique, la danse. L'école y participe aussi sans réserve, par la valeur symbolique accordée à l'enseignement scientifique ou encore en pratiquant des tests d'aptitudes et d'orientation dès le plus jeune âge. Il est impératif que les parents soient complètement sensibilisés aux enjeux de leurs projets. Ne dit-on pas avec toutes les conséquences que cela laisse envisager : « lorsque les parents ont un projet, les enfants ont un destin » ? Mais entendons-nous bien, mon propos n'est pas de culpabiliser mais plutôt d'attirer l'attention en invitant à une remise en cause quant à la volonté de voir réussir « l'enfant » à tout prix, face à une société où la reconnaissance est fondée en grande partie sur l'action, où la performance est placée sur un piédestal, où l'hyperactivité est considérée comme un modèle naturel.

### **Les symptômes de la compensation**

Le prix de la reconnaissance est lourd : développer une attitude hyperactive tant sur le plan scolaire que professionnel pour être reconnu et accepté oblige à repousser ses limites et peut s'avérer dangereuse. Pour l'enfant comme pour l'adulte cela devient un commerce entre le besoin de reconnaissance et les efforts qu'il est susceptible de fournir. Ceci génère un coût tant du point de vue de l'équilibre personnel que de la santé publique. Le corps émet les premiers signes du dépassement des limites et signifie les excès. Apparaissent ainsi les symptômes de la somatisation : fatigue, douleurs, irritabilité, défauts de concentration, démotivation. Si ces signaux ne sont pas écoutés, l'évolution se fait le plus souvent vers les maladies psychiques, anxiété et dépression, accompagnées de maladies somatiques qui ciblent les fonctions vitales.

On parlera de stress et de burn out dans ses phases ultimes. Face à ce tableau clinique une recherche d'équilibre pour l'enfant entre le travail scolaire et la vie de famille est indispensable. Il faut apprendre à s'arrêter, à ne rien faire et à rêver, à recevoir et donner des démonstrations d'affection par le toucher. Dimension taboue mais nécessaire pour développer l'image du corps.

### **La relaxation et la sophrologie**

Lors de mes consultations, j'ai fréquemment constaté les bienfaits de la relaxation. Appliquée à l'enfant, la relaxation apporte des résultats très positifs. Elle permet de rééquilibrer les sphères de l'intellectuel et du corporel en favorisant le ressourcement et la créativité. Le schéma corporel est valorisé, la respiration aide à calmer les émotions, la détente musculaire favorise le bien-être et la perception des sensations. La relaxation agit directement sur le sentiment d'exister, seul, par soi-même, dans le plaisir, sans rien avoir à « prouver ».

### **Conclusion**

Comme j'espère l'avoir démontré, la problématique narcissique est majeure et se jouera tout au long de la vie. J'invite tous les acteurs concernés par le développement et l'éducation de l'enfant à prendre conscience de son importance. Un enfant ou un adulte qui souffre d'une faille narcissique, aussi intelligent et brillant soit-il, ne peut pas remédier par lui-même à son besoin d'être aimé. Il ne peut que développer des comportements hyperactifs, teintés de sentiments d'orgueil et de toute puissance, ou à l'opposé des sentiments de dépréciation. Par conséquent, nous sommes face à une responsabilité collective qui inclut les institutions, l'école, les enseignants, les parents et les différents acteurs de santé.

**Éric TOGNONI**