

“En thérapie” la série qui nous fait vivre la psychanalyse

C'est le rendez-vous télé incontournable de ce début d'année. En adaptant l'inoubliable série américaine *In Treatment* avec un casting français impeccable, Arte fait un beau pari : démocratiser la pratique, et la théorie freudienne, grâce au savoir-faire d'Eric Toledano et Olivier Nakache.

C'est une expérience de réalité virtuelle à tenter, en direct ou en replay. S'installer devant un épisode d'*En Thérapie*, c'est presque comme franchir le seuil d'un cabinet de psy, malgré toutes les résistances qui s'y opposent dans la vraie vie. Soutenus par cinq personnages principaux qui, jour après jour, défilent sur le divan, on ose enfin. Parce que dans les récits de chacun d'entre eux, tout le monde se reconnaît (au moins) un peu. Le pitch ? L'histoire d'une chirurgienne désenchantée (Mélanie Thierry), d'un policier traumatisé (Reda Kateb), d'une ado accidentée (Céleste Brunnquell),

CAROLE BETHUEL/ARTE

d'un couple déchiré (Clémence Poésy, Pio Marmaï) qui, au lendemain des attentats de novembre 2015, fréquentent le même psy (Frédéric Pierrot), à Paris. Parfois, au cœur de leur propos, le trauma resurgit tel une onde de choc. Mais dans une lenteur exquise pleine de rebondissements, chacun raconte, au fil des séances, ses aventures ordinaires et ses préoccupations existentielles. Pour parvenir, grâce à l'écoute du Dr Dayan et grâce aussi au temps, à entendre ce que leurs symptômes leur murmurent secrètement.

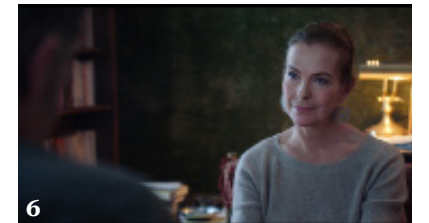
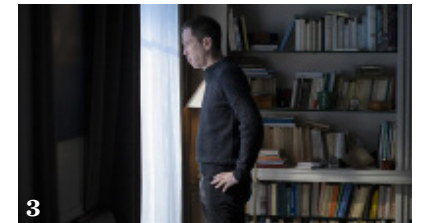
Disons-le tout de go : le pari du duo Nakache-Toledano¹ est réussi. Sans racoler, sans dévoyer, *En thérapie*, diffusée le jeudi soir à partir du 4 février, à raison de cinq épisodes

à la suite, a ce beau mérite de rappeler que la psychanalyse, quoi que l'on en dise, n'a toujours pas pris une ride. Au contraire, on y montre, avec justesse, que la science de l'inconscient ne cesse de se (ré)inventer, et qu'elle s'adresse, en 2021, à l'heure où l'horizon semble aussi bouché que nous sommes masqués, à qui-conque désire non seulement vivre, mais surtout exister. Prêts pour l'odyssée ? Avec Anthony Huard, psychologue et psychanalyste, embarquement immédiat grâce à ce vade-mecum des quatre concepts fondamentaux illustrés dans la série.

1. Le duo a aussi coréalisé les épisodes « Mathieu Vadepied », « Pierre Salvadori » et « Nicolas Pariser ». À noter : l'ensemble de la série est disponible à partir du 28 janvier sur arte.tv. >>



Au lendemain des attentats parisiens de 2015, Philippe Dayan (Frédéric Pierrot), psychanalyste (1), va voir se succéder sur son divan cinq patients : Ariane (Mélanie Thierry), une chirurgienne en état de choc (2); Adel (Reda Kateb), un policier de la BRI qui est intervenu au Bataclan (3); Camille (Céleste Brunnquell), une ado accidentée (4); Damien et Leonora (Pio Marmaï et Clémence Poésy), un couple en crise (5). Et Carole Bouquet dans le rôle de la superviseuse, Esther, à qui le Dr Dayan va confier ses propres angoisses (6).



Les 4 concepts fondamentaux

d’“En thérapie”

>> La demande

Lorsque, dans la série, l’agent de la BRI vient demander au psychanalyste de le débarrasser de son anxiété, on entend le parfait exemple de ce qui peut pousser quelqu’un à consulter. « Une demande qui n’est pas vraiment formulable d’emblée, remarque Anthony Huard, psychologue et psychanalyste. Un malaise, un mal-être, une angoisse qui se répète... Voilà ce dont parlent souvent les patients qui viennent pour la première fois. » À la suite d’un événement particulier, ou pas, tous ont, en effet, ce point commun d’avoir repéré que, dans leur vie, quelque chose n’allait pas. Qu’il s’agisse de difficultés affectives ou professionnelles, sociales ou familiales, ce qu’ils expriment, c’est d’abord « le besoin que ça change ». D’où la diversité des profils qui consultent. Célibataires, épouses, amants, parents, enfants, adolescents. Cadres supérieurs, étudiants, employés, chômeurs... C’est toute la société qui se croise, battant en brèche cette idée reçue selon laquelle l’analyse est l’apanage d’une élite, financière, intellectuelle ou artistique. Quid de la fonction du psy face à ce besoin ? Favoriser un pas de côté, d’abord pour passer de la démarche à une demande. « Durant les premiers entretiens, il s’agit de permettre au patient d’énoncer quelque chose de lui, reprend le psychanalyste. Qu’est-ce qui l’amène à venir, lui, maintenant, jusqu’ici ? Un burn-out ? Une rupture ? La recommandation d’un médecin ou d’un ami ? Oui, mais encore. L’idée est de parvenir à faire émerger une parole qui commence par un “je”. » « Je suis là parce que je répète toujours les mêmes erreurs » plutôt que : « C’est ma femme qui a insisté », par exemple. « L’idée n’est alors ni de répondre à une commande, ni de colmater les brèches, reprend le spécialiste. Mais, à partir de la demande, de saisir, comme dans une enquête, ce qu’il en est de cette énigme du désir sous-jacent du patient. » Et c’est ici que la psychanalyse se différencie des autres thérapies. L’analyste ne délivre pas de recette. Il questionne, rebondit : « Et vous, qu’en pensez-vous ? », « À quoi cela vous fait-il penser ? »... pour recentrer le propos sur le « je » de l’analysant, condition sine qua non pour devenir sujet là où on était objet.

Parole d’analysant : « Quand je me suis adressée à mon analyste, ce que je pouvais dire, c’est que j’étais dans une impasse affective en fréquentant un homme marié et qu’il fallait que je m’extirpe de là. Rapidement, la cure m’a permis de prendre conscience que j’avais, en réalité, une autre demande sous-jacente : je n’en pouvais plus de vivre dans les coulisses de ma propre existence. Pourquoi avais-je choisi ce rôle de clandestine ? » **Maya, 35 ans**

Le cadre

Non, on n’ôte pas ses chaussures lorsqu’on s’allonge sur le divan d’un psychanalyste. C’est un détail que l’on relève en souriant dans la série, les scénaristes ayant eu manifestement à cœur d’illustrer ce qu’il en est du fameux cadre analytique, dispositif fixé par Freud et que ses héritiers perpétuent, « non par fétichisme, mais parce qu’il est toujours aussi opérant », précise Anthony Huard. À l’écran, un fauteuil et un sofa se font face. Dans les cabinets en ville, aussi. Pourquoi certains s’allongent-ils ? « À un moment du cheminement, il arrive que l’on préfère se passer du regard de l’analyste pour associer ses idées plus librement, ce qui est quand même la règle fondamentale de la cure », explique le spécialiste. Pour autant, c’est toujours le thérapeute qui fixe le cadre, et propose le divan ou pas. Comme il lui revient de déterminer la fréquence des séances, leur tarif et leur durée. « Ce que l’on appelle “cadre” est, d’une certaine façon, le “prêt à payer” de chaque patient pour sortir de l’impasse dans laquelle il est, poursuit le spécialiste. Cela peut être, par exemple, une contrainte horaire qui revient dans l’agenda avec une certaine fixité. » Pourquoi cette régularité ? Parce que ce temps prélevé sur le quotidien fait repère. Mais aussi parce qu’il est engageant. Pour le patient, bien sûr, qui se met au travail. Et pour le psy qui convient d’être disponible à l’heure H, quoi qu’il se passe.

Parole d’analysant : « J’idéalisais tellement le divan qu’au deuxième rendez-vous j’ai voulu m’allonger. Mon analyste a accepté. Comme les séances à heure fixe ou le règlement en espèces, j’avais besoin de ces contraintes pour éprouver que j’étais au travail, et même dans le vif du sujet. Le cadre a été pour moi contenant et stimulant. Un support nécessaire à mon étayage, comme une échelle : tout en m’appuyant aux montants, j’ai grimpé barreau par barreau, pour progresser et m’élever. » **Laetitia, 48 ans**



La parole

Si on associe librement, en disant ce qui nous vient à l’esprit, en position assise ou allongée dans un cabinet d’analyste, est-ce parce qu’il est soumis au secret professionnel ? Sans doute, un peu. C’est un point sur lequel insiste *En thérapie* : cette garantie permet d’être rassuré sur le fait que ce qui est prononcé reste dans cette intimité. Celle des quatre murs bien sûr, mais aussi dans celle de cette relation bien particulière qui se noue entre l’analyste et son patient. C’est parce que c’est lui ou elle, parce que c’est un ou une inconnue que l’on a choisie et à qui on suppose un certain savoir, que l’on se met à se raconter autrement. C’est-à-dire, pas comme à un ou une amie, pas comme sur les réseaux. « En séance, moins que de parler, il s’agit de dire. Et donc de ne pas parler pour ne rien dire, sourit Anthony Huard. L’idée n’est donc pas de “se remémorer” pour ensuite “libérer sa parole” comme on l’entend parfois, mais plutôt de mettre en récit quelque chose de soi, avec ses mots et ses achoppements, pour enfin devenir sujet de son histoire. » Et c’est là tout l’art et le savoir de l’analyste que de soutenir le cheminement de son patient en écoutant mot à mot ce qui est dit au-delà du contenu. En relevant, questionnant, relançant, interprétant, coupant, ou parfois même en se taisant.

Parole d’analysant : « J’ai tout de suite adhéré au principe de l’association libre. Dire ce qui vient, laisser venir, exprimer, s’écouter dans ses hésitations, ses trébuchements sans se sentir juger, quelle liberté ! J’ai aussi beaucoup aimé ces moments de silence assourdissant qui ponctuent parfois les séances, mais restent néanmoins pleins de la présence de l’autre. Quoi que l’on dise, il est là. Il écoute. C’est d’ailleurs ce qui donne du relief aux mots qu’il prononce. De fait, pour moi, ses phrases étaient comme des sésames qui parfois me récompensaient, et d’autres fois me donnaient du grain à moudre. » **Clément, 38 ans**

Le transfert

Dans la série, du transfert, il y en a beaucoup, version amour et version haine. Ainsi, certains cherchent-ils à séduire le psy, quand d’autres, au contraire, le défient. « Le transfert, c’est le lien tout à fait particulier qui se forme entre le patient et l’analyste. Un rapport qui se fonde d’abord sur un savoir que le premier suppose au second », précise Anthony Huard. Et cela confère au psy un certain crédit, qu’il ne manque pas de manier pour faire avancer la cure. « Car le transfert permet de voir ce que l’on représente pour le patient : un père idéal, une mère haïe, un compagnon parfait, une sœur détestée... Dans tous les cas, c’est pour le thérapeute l’occasion de voir quel visage on lui prête, donc de relever ce qui se joue, en séance, de la problématique singulière du sujet. » Quid, alors, du contre-transfert ? « Celui-ci correspond, à l’inverse, à ce qui traverse l’analyste durant la séance, c’est-à-dire à ses ressentis, reprend le spécialiste. Et comme le transfert, le contre-transfert est utilisé comme une source d’informations supplémentaire sur le patient dans l’instant. » *En thérapie* le montre bien : plutôt que s’appesantir sans cesse sur le passé, le Dr Dayan parle souvent du moment présent, de l’actualité de son patient. De quoi déconstruire un dernier cliché : non, l’analyste ne va pas chercher la poussière sous le tapis. Et la cure aère autant qu’elle régénère.

Parole d’analysant : « Parfois, je vivais les silences de ma psy comme des abandons. Comme si j’étais de nouveau cet enfant pas écouté. Évidemment, c’était une projection : durant toute la cure, je n’ai cessé de la mettre à la place de la mère que je redoutais, qui me manquait, que j’espérais... Et puis, un jour, j’ai dit : “Je pense que la cure est bientôt finie”, et elle a répondu : “Oui, vous êtes prêt !” C’était au-delà de mes attentes. En m’autorisant à la quitter, elle m’a fait ce cadeau de m’affranchir plus encore d’une loyauté familiale qui était un fardeau. » **Étienne, 42 ans** >>

arte

En thérapie, tous les jeudis à partir du 4 février, à 20h55 sur Arte. Et en intégralité dès le 28 janvier sur arte.tv.

QUESTIONS À...



Éric Toledano, coréalisateur

“Certains dialogues valent mieux que de longs discours”

Après les succès d'*Intouchables* ou d'*Hors normes*, le duo de réalisateurs **Éric Toledano** et **Olivier Nakache** a piloté la réalisation d'*En thérapie*. Leur idée : pointer la portée de la psychanalyse. Et sa nécessité.

Psychologies : Vous vous êtes lancés, avec Olivier Nakache, dans l'adaptation française d'*In Treatment*. Projet audacieux. Vous aimez le risque ?

É.T. : Il se trouve qu'en 2009 nous avons eu l'occasion de voir *BeTipul*, la série israélienne à l'origine de la version américaine. Aussitôt, le concept nous a interpellés. Un épisode de la durée d'une séance d'analyse... L'idée paraissait saugrenue, mais on a été totalement tenus en haleine. D'autant que, avec Olivier, on adore quand le défi a l'air insurmontable. De ce fait, montrer un paraplégique au cinéma, comme dans *Intouchables*, était donc sans doute aussi risqué que de faire une série sur la psychanalyse. Mais on l'a fait.

Pourquoi avoir attendu dix ans ?

É.T. : Ce sont les attentats du 13 novembre 2015 qui nous ont décidés. Cette vague d'attaques nous a laissé des séquelles : nous ne savions pas comment en parler à nos enfants, nos parents. Traumatisés, nous étions nombreux à éprouver le besoin de parler, d'être écoutés. Nous avons alors repensé à cette série. Il se trouve qu'à ce moment-là son créateur regrettait qu'elle ait été adaptée dans treize pays, mais pas dans les deux berceaux de la psychanalyse que sont la France et l'Allemagne. Quand nous avons proposé le projet à Arte, la chaîne franco-allemande n'a pas hésité.

Le casting est français et le psy reçoit à Paris, en 2015. Avez-vous pris d'autres libertés par rapport à la version d'origine ?

É.T. : Nous avons convenu, avec l'auteur, que nous aurions une préoccupation particulière : populariser la psychanalyse. Sans la vulgariser, c'est-à-dire sans la

trahir, nous avions à cœur de la rendre accessible. Nous avons ainsi tenu à ce que celles et ceux qui ne connaissent pas les théories de Freud ou de Lacan puissent en comprendre quelque chose. Il y a certains dialogues qui valent peut-être mieux qu'un long discours. Quand Carole Bouquet, qui joue aussi une analyste, explique : « Ici, on vient dire des mots que l'on ne veut surtout pas dire ailleurs », je pense que chacun peut entendre l'espace de liberté que peut être une séance analytique.

Votre série illustre aussi le fait que la psychanalyse n'est pas un procédé dépassé et réservé à une élite...

É.T. : Nous vivons à une époque qui voue un culte à l'instantanéité, comme si nous devions tout immortaliser en permanence. La contrepartie : nous n'avons plus le temps de nous écouter, et cela nous manque. En dépit des injonctions à la rentabilité, nous éprouvons l'envie de souffler et de nous interroger. En ce sens, la proposition de la psychanalyse me semble d'une grande modernité.

Avez-vous fréquenté le divan pour en parler aussi bien ?

É.T. : Oui, notamment parce qu'il me permet de mettre en récit les événements de ma vie. Mais mon intérêt pour la science de Freud est antérieur à mes propres expériences de cure. J'ai toujours pensé que celle-ci permettait de remettre en cause ses propres préjugés. Évidemment, ce n'est pas un remède universel : profitable à beaucoup, il doit arriver qu'elle ne convienne pas. Mais, pour moi, chaque séance est l'occasion d'accéder à une deuxième lecture de ce que je vis. ■

Propos recueillis par S.T.