



# La phobie, une peur irraisonnée et irrationnelle

Une rubrique bimestrielle pour comprendre les concepts utilisés en psychiatrie... de la pratique vers la théorie et de la théorie vers la pratique. Un double mouvement.

## MAGALIE GUILLOT

Psychologue clinicienne, Centre hospitalier Georges-Sand, Bourges

**Julie, 35 ans**, directrice financière, se sent très angoissée lors de réunions d'équipes, au point redouter de « sortir de ses gonds » : « Dans ces moments-là, me vient une très forte envie de me lever et de crier. Je dois lutter pour ne pas passer à l'acte. J'ai peur de moi ».

## ORIGINES DU CONCEPT

Le terme « phobie » vient du grec ancien *phóbos*, « crainte, effroi, frayeur ». Selon P. Denis, psychiatre et psychanalyste, « la phobie, peur irraisonnée, irrationnelle, déclenchée par une circonstance sans danger, est sans doute le symptôme psychopathologique le plus répandu ».

La phobie est d'emblée une notion psychanalytique, que Freud aborde déjà dans *Les psychonévroses de défense* (1894). Plus tard (1905), il explore cette notion sous le terme de « hystérie d'angoisse » via le cas célèbre du « petit Hans ». Du côté de la psychologie infantile, Anna Freud décrit des phobies chez l'enfant comme des « névroses de transfert », là où M. Klein évoque la position schizo-paranoïde (1). J. Lacan (1956), définit la phobie comme un signifiant, essence même de l'histoire du sujet qui réprime une angoisse fondamentale.

## FONCTION DE LA PHOBIE

Dans le cas du petit Hans (1905), S. Freud émet l'hypothèse que la libido qui ne peut se transformer se délivre sous forme d'angoisse. Le refoulement opérant crée de l'angoisse par la poussée du complexe de castration. Plus tard, S. Freud (1925) modifie son point de vue : « C'est l'angoisse qui produit le refoulement et non pas, comme je l'ai pensé jadis, le refoulement qui produit l'angoisse ». C'est donc la menace de la castration, peur du petit

garçon que son pénis se détache, qui précipite le sujet dans la phobie. Dans la relation au père, Hans expérimente une ambivalence entre haine, rivalité et amour. Le symptôme phobique apparaît comme une tentative de résolution de ce conflit. Ses émotions qui ne peuvent être adressées au père sont déplacées sur le cheval dont il a peur. Ce déplacement de l'angoisse sur un autre objet permet de maintenir de manière consciente l'amour porté au père. Ainsi, chez les enfants, la phobie d'animaux n'est pas forcément pathologique. Elle surgit souvent vers 3 ans pour disparaître vers 7-8 ans au moment de la période de latence. Selon A. Birraux, la phobie infantile est « ce mécanisme de substitution de la peur à l'angoisse (qui permet d'éviter un "danger réel interne", c'est-à-dire l'impact de scénarios menaçants, de représentations qui touchent à des interdits – meurtre, inceste, coït parental – et qui font craindre une répression punitive. L'animal de peur a donc toujours à voir avec les images parentales intériorisées ».

Selon J. Lacan (1969), l'angoisse ne peut exister sans objet, c'est donc la fonction de la phobie que de la canaliser sur un signifiant. Afin de faire face, le sujet met en place des comportements contraphobiques. Dans le cadre des phobies scolaires, s'inscrivant dans une phobie de situations, l'élève souffre d'un sentiment d'impuissance et d'abattement, pouvant aller jusqu'à un ressenti de dépression. C'est à travers le jeu que ces troubles sont visibles et peuvent se résoudre, selon S. Freud (1920) : « Dans le jeu des enfants, nous croyons saisir ceci : l'enfant répète l'expérience vécue, même déplaisante, pour la raison qu'il acquiert par son activité une maîtrise bien plus radicale de

*l'impression forte qu'il ne le pouvait en se bornant à l'éprouver passivement ».*

Lorsque la phobie perdure ou se manifeste à l'âge adulte, des circonstances proches ou des stimuli particuliers réactivent une angoisse incompréhensible consciemment par le sujet, puisque le déplacement est son mécanisme central.

## CATÉGORIES

Pierre Janet (cit. par de Mijolla, 2002) regroupe les phobies en trois catégories : – les phobies d'objets, qui portent sur les objets pointus ou tranchants, « associés à des fantasmes auto ou hétéroagressifs pouvant prendre la forme de phobie d'impulsion s'intégrant alors dans une névrose obsessionnelle ». On peut en rapprocher les phobies d'animaux ;

– les phobies de situations concernant les lieux clos (claustrophobie), découverts (agoraphobie) ou élevés (vertiges) ; – les phobies de fonction, où l'angoisse se porte sur le fonctionnement de l'organisme (peur de dormir, de déglutir...). On en rapproche la peur des maladies (nosophobie) ou les phobies sociales : peur de parler en public, de rougir, peur des contacts/touchers...

Julie souffre de phobie d'impulsion, qui se manifeste par une idée qui envahit la sphère psychique de manière obsédante avec une crainte extrême d'un passage à l'acte.

1 – À lire aussi *La position schizo-paranoïde, entre persécution et structuration*, Sophie Barthélemy, Santé mentale, Les mots pour comprendre, 176, mars 2013.

## BIBLIOGRAPHIE

- Denis P. (2006), *Les Phobies*, Paris, PUF, Que sais-je ? p. 3.
- Birraux A. (2007), *Les Animaux dans la phobie des enfants*, *Enfances et psy* 2, n° 35, Érès, p. 192.
- Freud S. (1894), *Les Psychonévroses de défense*, Paris, PUF, p. 3.
- Freud S., (1905) « Analyse d'une phobie chez un petit garçon de 5 ans (le petit Hans) », dans *Cinq psychanalyses*, Paris, PUF, 1981, p. 92-198.
- Freud S., (1920) *Au-delà du principe de plaisir (1920) in Essais de psychanalyse*, Payot, coll. « Petite Bibliothèque Payot », 2004, p. 287.
- Freud S. (1925), *Inhibition, symptôme et angoisse*, PUF, 1992 p. 27.
- Lacan J., (1956) *Le Séminaire. Livre IV, La relation d'objet*, Paris, Éd. du Seuil, 1994.
- Lacan J. (1969) *Le Séminaire. Livre XVI, D'un autre à l'autre*, Paris, Éd. du Seuil, 2006.
- Mijolla A. de, (2002) *Dictionnaire international de la psychanalyse*, Calmann-Lévy, p. 1227.