

COLLECTION
PSY POUR TOUS

L'angoisse

L'accueillir, la transformer

Gérard Bonnet

Deuxième édition actualisée

• EDITIONS IN PRESS •

L'angoisse

L'accueillir, la transformer

ÉDITIONS IN PRESS

74, boulevard de l'Hôpital – 75013 Paris

Tél. : 09 70 77 11 48

www.inpress.fr

Collection *Psy pour tous*, dirigée par Gérard Bonnet

Gérard Bonnet est psychanalyste (APF), co-créateur du Collège des Hautes Études Psychanalytiques. Il a été enseignant de psychopathologie à l'Université Paris VII, secrétaire de rédaction de la Revue *Psychanalyse à l'Université*. Il est l'auteur de nombreux ouvrages de psychanalyse. Après avoir travaillé toute sa carrière en hôpital et en secteurs psychiatriques, il dirige actuellement l'École de Propédeutique à la Connaissance de l'Inconscient (EPCI), où il dispense un enseignement de psychanalyse destiné à un large public.

L'ANGOISSE. L'ACCUEILLIR, LA TRANSFORMER. 2^E ÉDITION

ISBN : 978-2-84835-772-0

© 2022 ÉDITIONS IN PRESS

Conception couverture : Anouk Sauné

Mise en pages : Aurély Regard

Toute représentation ou reproduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur, ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite (Loi du 11 mars 1957, alinéa 1^{er} de l'article 40). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code Pénal.

L'angoisse

L'accueillir, la transformer

Gérard Bonnet



DU MÊME AUTEUR

- Les perversions sexuelles*, Paris, PUF, « Que sais-je ? », n° 2144, 1984, traduit en roumain, espagnol, polonais, japonais, 7^e éd. 2021.
- Les voies d'accès de l'inconscient*, Paris, Éditions universitaires, 1987, traduit en italien.
- Le transfert dans la clinique psychanalytique*, Paris, PUF, 1991, 1999, 2005, traduit en espagnol.
- Psychanalyse d'un meurtrier*, Paris, PUF, 2000, 2001, Payot, 2014.
- L'irrésistible pouvoir du sexe*, Paris, Payot, 2001, Poche, 2012.
- Défi à la pudeur. Quand la pornographie devient l'initiation sexuelle des jeunes*, Paris, Albin Michel, 2003.
- Voir être vu. Figures de l'exhibitionnisme aujourd'hui*, Paris, PUF, 2005.
- Comment peut-on être psychanalyste ?*, Le Bouscat, L'Esprit du temps, 2005.
- L'autoanalyse*, Paris, PUF, « Que sais-je ? », n° 3759, 4^e éd. 2018.
- La perversion. Se venger pour survivre*, Paris, PUF, 2008.
- Les idéaux fondamentaux. Des fondations inéluctables mais explosives*, Paris, PUF, 2010.
- Soif d'idéal, les valeurs d'aujourd'hui*, Éditions Philippe Duval, 2012.
- La tyrannie du paraître, faut-il se montrer pour exister*, Paris, Eyrolles, 2013.
- La vengeance, l'inconscient à l'œuvre*, Paris, In Press, 2015.
- Le narcissisme, de l'amour de soi à l'amour de l'autre*, Paris, In Press, 2016.
- L'auto-psychanalyse, oubli, lapsus, perte d'objets*, Paris, In Press, 2016.
- L'idéal, la force qui nous gouverne*, Paris, In Press, 2017.
- Plaisir et jouissance, les deux sources de la vie psychique*, Paris, In Press, 2018.
- Vieillir, un retour d'idéal*, préface de Marie-Françoise Fuchs, Paris, In Press, 2020.
- Le transfert, fer de lance de la psychanalyse*, Paris, In Press, 2020.
- Comment peut-on être pervers ? Inceste, viol, pédophilie*, Paris, In Press, 2021.

Sommaire

Préface 7

Introduction..... 9

1^{re} partie – Généalogie de l’angoisse

Chapitre 1

Avant la naissance : l’angoisse originaire 15

Le premier vecteur de communication

Chapitre 2

Une angoisse entre deux mondes 27

L’enfant objet d’angoisse

Chapitre 3

Avec la naissance : l’angoisse primaire 37

Quand l’angoisse s’objective

Chapitre 4

Quand l’angoisse s’organise 51

Le moteur de l’interaction précoce

Chapitre 5

L’angoisse et les premiers idéaux 65

Des objets tutélaires

Chapitre 6

L’angoisse psychique 87

La naissance de l’affect correspondant

2^e partie – L'angoisse dans la vie quotidienneChapitre 7

Angoisse et trauma psychique.....	107
Quand la réalité dépasse la fiction	

Chapitre 8

Le trauma réel : de l'effroi à la terreur	117
Un quitte ou double	

Chapitre 9

L'angoisse d'avant-coup	129
L'angoisse anticipe	

Chapitre 10

L'angoisse au cœur de l'action	139
Une jouissance sans nom	

Chapitre 11

L'angoisse d'après-coup.....	151
Les retombées du plaisir	

Chapitre 12

L'angoisse face au terme, à la fin, à la mort	159
Le jugement dernier	

Conclusion

Les deux conditions pour que l'angoisse soit féconde	171
---	------------

Préface

La pandémie du Covid-19 a provoqué chez beaucoup ces derniers mois des poussées d'angoisse particulièrement handicapantes qui ont dépassé les symptômes dus au virus proprement dit. On a pu constater à cette occasion que nous ne sommes pas égaux face à des agressions de ce type, et qu'elles confrontent certaines personnes à des fragilités dont ils n'avaient plus la moindre idée. C'est ce qui explique en partie les réactions virulentes face aux impératifs médicaux considérés comme liberticides et intrusifs.

Il en va de même pour la guerre qui fait retour sous sa forme la plus brutale à nos portes et ranime des frayeurs sur lesquelles nous n'avons aucune prise.

Mais ces montées d'angoisse peuvent être aussi pour ceux qui ont été particulièrement perturbés une occasion de faire retour sur eux-mêmes et de s'interroger sur leurs racines profondes. Ce qui a fait choc aujourd'hui de manière irrationnelle réveille ce qui a fait irruption hier et qu'on avait fini par oublier en se lançant dans l'action.

En décrivant de façon précise les origines de l'angoisse humaine et ses principales manifestations, ce livre offre les repères nécessaires pour que chacun puisse effectuer en connaissance de cause ce retour sur lui-même, mettre à jour les sources de ses fragilités, et grâce à cet éclairage, y trouver la source de forces nouvelles.

Gérard Bonnet

L'angoisse

L'accueillir, la transformer

Gérard Bonnet

Tapie, discrète, l'angoisse peut surgir à chaque instant. Par sa puissance, elle submerge ou sidère. Mais l'angoisse constitue aussi un puissant moteur. Dès les premiers moments de l'existence – avant même et avec la naissance –, jusqu'à l'angoisse de mort qui nous saisit au terme de la vie, elle nous accompagne à chaque étape.

Quelle est l'origine de l'angoisse ? Quels sont ses mécanismes ? Comment vivre au quotidien avec cette compagne souvent inopportune ? Comment la surmonter ?

Du trauma aux conduites à risque, de l'angoisse à l'effroi ou la panique, de ses conséquences sur la sexualité à son impact sur les rêves... tout ce qui permet de mieux comprendre l'angoisse est analysé. En se fondant sur les souvenirs, les rêves, les frayeurs inexplicables, les actes manqués... cet ouvrage permet de découvrir comment l'accueillir et la transformer.

Gérard Bonnet est psychanalyste (APF), directeur de l'EPCI où il dispense un enseignement de psychanalyse à un large public. Il a écrit de nombreux ouvrages en psychanalyse. Directeur de la collection « Psy pour tous » aux éditions In Press, il est l'auteur de plusieurs ouvrages de la collection : *L'idéal, Le narcissisme, Deuil et séparation...*



9 782848 357720

ISBN : 978-2-84835-772-0

12 € TTC – France

www.inpress.fr

• EDITIONS IN PRESS •