

La tendresse

Transformer le traumatisme

2^e édition revue et augmentée

Laurent Tigrane Tovmassian
Préface de **Bernard Golse**
Postface de **Françoise Davoine**



Sommaire

L'auteur	9
Avant-propos à la deuxième édition	11
Préface	13
Bernard Golse	
Introduction.....	21
Pourquoi la tendresse ?.....	29

PARTIE 1 **TRAUMATISME, CLIVAGE ET RÔLE DE L'ENVIRONNEMENT**

CHAPITRE 1

D'un traumatisme à l'autre, l'un structurant l'autre destructeur.....	39
---	----

CHAPITRE 2

L'environnement en question, pour l'enfant comme pour l'adulte en quête d'une ressource interne/externe vers la symbolisation.....	65
---	----

PARTIE 2 **CLINIQUE DE L'INCESTE** **TENDRESSE ABSENTE**

CHAPITRE 3

Agressions sexuelles et confusions	75
--	----

PARTIE 3 TENDRESSE

CHAPITRE 4

De l'inceste à la quête de tendresse.....	107
---	-----

CHAPITRE 5

Regard, étreinte, attache.....	123
--------------------------------	-----

PARTIE 4 Latence, période, travail, principe... Processus traumatique, illusion et projet

CHAPITRE 6

Du concept de période de latence à la notion de principe de latence	157
--	-----

PARTIE 5 ILLUSION ET PRÉLUDE AU PROJET

CHAPITRE 7

Pourquoi parler du projet?	173
----------------------------------	-----

PARTIE 6 TENDRESSE ET RECONNAISSANCE

CHAPITRE 8

Enjeux de reconnaissance, enjeux d'existence	189
--	-----

PARTIE 7 TENDRESSE ET TRADUCTION DU TRAUMATISME

CHAPITRE 9

Message et possibilités de traduction.....	209
--	-----

PARTIE 8
PSYCHOTHÉRAPIE, TENDRESSES ET TRANSFORMATIONS

CHAPITRE 10

La prise en charge psychothérapique.....223

Conclusion297

Postface313

Françoise Davoine

Bibliographie317

Index des noms propres329

Index des thèmes333

L'auteur

Laurent Tigrane Tovmassian est docteur en psychopathologie fondamentale et psychanalyste. Responsable de la formation aux cliniques du psychotraumatisme (Centre Chapelle-aux-Champs, Bruxelles). Co-responsable de l'Unité de prise en charge du psychotraumatisme du SSM Ch-Ch UCL Bruxelles. Chargé d'enseignement à l'Université Paris Cité, il enseigne également à l'Université de Bourgogne et l'Université Libre de Bruxelles. Membre associé du laboratoire CRPMS Paris 7.

Merci à Sandrine et Luca, leur présence (tendre, entre autres) m'a aidé ces vingt dernières années, et plus, vers la publication de cet ouvrage.

Avant-propos à la deuxième édition

Cette deuxième édition de l'ouvrage, revue et augmentée, expose les dernières explorations et recherches que j'ai effectuées sur la tendresse depuis 2023. Il y en a quelques-unes car la clinique ne se tarit pas et impose un perpétuel travail des notions et de notre pratique.

L'essentiel des ajouts de cette édition se situent dans le chapitre sur la psychothérapie et concernent la figure de l'ange-gardien comme partie clivée qui prend soin, en articulation avec des questionnements et réflexions sur Janus et Orpha, deux métaphores d'instances psychiques proposées par Sandor Ferenczi. Ces ajouts rejoignent ceux concernant une recension de travaux anglo-saxons sur des topiques de fragments psychiques et clivés. Je développe aussi les questions d'articulation des éléments clivés avec les éléments refoulés, en tout cas des premiers développements... en attendant la prochaine édition... Il est intéressant de souligner que la plupart de ces travaux sur les parties clivées parlent de traumatisme psychique, et aussi en creux ou même explicitement, de tendresse...

D'autres ajouts sont intégrés dans l'ouvrage pratiquement dans chaque chapitre, afin d'éclairer le propos et l'enrichir.

La métapsychologie de la tendresse, en double identification à la détresse et au soin, articulant autoclivage narcissique et refoulement, proposée dans l'ouvrage, s'en trouve développée et d'une certaine façon, encore plus affirmée.

Toute hypothèse théorique issue de la clinique demande à être mise en travail, puis confrontée de nouveau à l'épreuve de la clinique. La clinique parle du psychothérapeute autant que du patient.

Préface

BERNARD GOLSE¹

En matière de traumatisme, la mode est au debriefing et je ne peux que remercier mon ami Tigrane Tovmassian de m'avoir proposé de rédiger la préface de cette deuxième édition de son livre sur la tendresse et la transformation du traumatisme qui ne cède en rien à cette tentation.

Je ne peux que m'en réjouir aussi car cette deuxième édition prouve le succès de la première en dépit du contexte actuel qui voudrait nous faire penser ou plutôt nous faire croire qu'on peut traiter le traumatisme sans prendre en compte les ressorts intimes de la psyché.

Il est d'ailleurs frappant de voir que plus nous vivons dans un monde complexe, plus il y a une attente de solutions simples si ce n'est simplistes...

Quoi qu'il en soit, à l'opposé de cette supercherie si ce n'est de cette escroquerie de la pensée, Tigrane Tovmassian nous invite ici à une approche du traumatisme et de sa prise en charge qui, depuis plusieurs

1. Pédoopsychiatre-psychanalyste (membre de l'Association psychanalytique de France), ancien chef du service de pédoopsychiatrie de l'Hôpital Necker-Enfants Malades (Paris), professeur émérite de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent à l'Université Paris-Cité, fondateur de l'Institut contemporain de l'enfance, président de l'Association Pikler Lóczy-France (APLF), président de l'Association pour la formation à la psychothérapie psychanalytique de l'enfant et de l'adolescent (AFPPEA), président de la Fédération française de psychothérapie psychanalytique de l'enfant et de l'adolescent (FFPPEA), président de l'Association européenne de psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent (AEPEA), président de la Coordination internationale entre psychothérapeutes psychanalystes et membres associés s'occupant de personnes autistes (CIPPA).

années, me touche par son intelligence, par sa profondeur et par sa délicatesse aussi.

Quelles que soient les raisons personnelles qui ont amené Tigrane Tovmassian à consacrer une grande part de son énergie dans cette problématique difficile, il le fait avec ténacité dans sa clinique, dans son enseignement et dans l'organisation de différents colloques consacrés au traumatisme, colloques auxquels j'ai eu la chance de pouvoir participer.

Grâce à lui, le concept de tendresse échappe peu à peu à son statut de tabou et conquiert progressivement ses lettres de noblesse psychanalytique.

De cela, il nous faut beaucoup remercier Tigrane Tovmassian qui participe ainsi à l'enrichissement de notre corpus théorique.

Des colloques évoqués ci-dessus, j'ai personnellement déjà retenu que la tendresse interroge le registre intermédiaire entre l'autoconservation et le sexuel, qu'elle s'appuie plus sur la représentation mentale du lien que sur celle de l'objet proprement dit et qu'elle questionne tout à la fois le transfert et le contre-transfert.

Par ailleurs, compte tenu de l'ancrage laplanchien de Tigrane Tovmassian, sa vision des choses ouvre tout naturellement à la fois sur les traumatismes structurants et les traumatismes déstructurants et c'est là l'un des éléments qui, à mon sens, en fait la richesse.

La structure du livre est intéressante par elle-même.

Après une première partie consacrée au rôle de l'environnement comme source du traumatisme mais aussi comme possible ressource externe pour le sujet face à celui-ci, la deuxième partie est centrée sur l'inceste et l'absence de tendresse.

On voit bien déjà l'importance des failles de l'environnement en termes de traumatismes par excès d'excitation (séduction incestuelle ou incestueuse) et/ou en termes de traumatismes en creux par défaut de contenance.

La troisième partie aborde donc logiquement le chemin qui mène de l'inceste à la quête de tendresse.

Vient ensuite une partie dédiée au concept de latence qui montre les échos dialectiques possibles entre période de latence pendant laquelle l'inceste peut avoir lieu, travail de latence et latence traumatique séparant le traumatisme de la réapparition des souvenirs et de l'émergence d'un projet de vie.

Le concept de latence traumatique qui revoie à un véritable travail processuel pendant la période qui sépare le trauma de ses effets d'après-coup (traumatique) est à l'évidence beaucoup plus intéressant que celui d'amnésie traumatique qui ne correspond en réalité qu'à une suppression plus ou moins statique des représentations mentales dangereuses.

La partie suivante est précisément consacrée à la dynamique de ce projet et la suivante aux enjeux de reconnaissance et d'existence susceptibles d'aider le sujet traumatisé à dépasser son économie psychique de survie.

L'avant-dernière partie se penche sur la fonction de message ou non des avatars de la séduction tandis que le livre s'achève sur la question des ouvertures thérapeutiques.

On voit donc bien qu'en partant du rôle de l'environnement, Tigran Tovmassian nous conduit progressivement du traumatisme à sa possibilité de prise en charge en passant par l'étude de l'impact du traumatisme sur le fonctionnement psychique de la victime, sur son travail interne de métabolisation et sur le rôle possiblement salvateur, via la tendresse, de l'environnement à nouveau.

L'environnement se trouve donc impliqué au début et à la fin de l'histoire en quelque sorte... ce qui est bien là le cœur du problème de l'inceste.

On pense bien sûr ici aux travaux de C.. Bollas² portant d'une part sur « l'objet transformationnel » seul à même de faire advenir ou réadvenir le vrai self, sur le mécanisme de « paralysie psychique » induit par l'inceste

2. Bollas, C. (1996). *Les forces de la destinée. La psychanalyse et l'idiome humain*. Paris, France : Calmann-Lévy.

quand celui-ci fait entrer en collusion l'événement et le fantasme, et enfin sur la notion « d'avenir » qui s'oppose à celle de souvenir.

Je cite ici C.. Bollas : *« De la même manière que l'on peut dire de la plupart des gens qu'ils ont des souvenirs, on peut dire aussi qu'ils ont des avènements ».*

Et plus loin :

« Telle personne n'éprouvera aucun désir d'invoquer des avènements car elle ne souhaitera pas évoquer des souvenirs douloureux ».

Il me semble qu'on retrouve ici à la fois la problématique de la latence traumatique et celle de la difficulté qu'il y a à réenclencher un projet de vie, problématiques si bien travaillées dans ce texte par Tigrane Tovmassian.

Tout au long de cet ouvrage, l'accent est mis sur le mécanisme du clivage autonarcissique qui mérite toute notre attention.

Tigran Tovmassian s'y réfère beaucoup et à juste titre car il y a là une piste de réflexion extrêmement féconde.

Tigrane Tovmassian cite ainsi S. Ferenczi (p. 44) : *« Il semble vraiment que sous la pression d'un danger imminent, un morceau de notre soi se clive comme instance autoperceptive, instance voulant s'aider soi-même et ceci vraisemblablement dès la petite et même la très petite enfance ».*

On voit bien ici comment le clivage, au sein des défenses archaïques « finalement assez proches des mécanismes de survie » permet en quelque sorte à une partie du Moi de « faire le mort » du fait de la rupture des phénomènes d'étayage entre autoconservation et sexuel.

À ce sujet, Tigrane Tovmassian discute également de manière fort intéressante le concept d'autoconservation et il en vient à opposer, ou plutôt à dialectiser, en référence aux travaux de M. de M'Uzan, le registre du nature/vital/auto-conservatif et celui du jeu psychique/culture/fantasme.

Pour clore cette préface, j'aimerais maintenant faire une remarque de ma place de pédopsychiatre et de psychanalyste-psychothérapeute

d'enfants, une remarque susceptible à mes yeux de préciser la place et la fonction de la tendresse au sein de la démarche thérapeutique.

Qu'il s'agisse de la tendresse envers soi-même ou de la tendresse envers autrui, une question se pose en effet qui est celle de savoir si la tendresse doit plutôt être considérée comme un affect ou plutôt comme une émotion, le repli sur l'affect personnel pouvant éventuellement servir de défense contre l'affect en tant qu'émotion partagée³.

J'ai eu l'occasion d'évoquer cette question lors du congrès organisé par Tigrane Tovmassian en 2023 sur le thème : « *La tendresse : un tabou ?* » parce que, à mon sens, elle permet, je le redis, de réfléchir à la place de la tendresse dans le cadre de la prise en charge des patients traumatisés.

Cette prise en charge ne saurait en effet être seulement comportementale et pour aider le patient à réinvestir son projet de vie effracté par l'effroi et la perte de l'illusion de toute immortalité, il importe de revitaliser l'ensemble de sa psyché ainsi que la dynamique de ses diverses instances intrapsychiques.

La tendresse envers soi-même me semble se situer davantage du côté de l'affect

Tout soignant se doit de réfléchir à l'enfant qu'il pense avoir été : l'enfant qu'il a été (mais celui-ci est largement recouvert par l'amnésie infantile), l'enfant qu'il aimerait avoir été (soit l'enfant idéalisé qui tire les choses du bon côté), mais surtout l'enfant qu'il redoute à tort ou à raison d'avoir été (l'enfant décevant, gênant, non désiré, mal aimé, malhabile, disgracieux...).

Cet enfant redouté est à la fois celui qui peut nous faire choisir une profession auprès de l'enfance (pour aider les enfants des autres à ne pas

3. Golse, B. (2017). Quant à Glenn Gould... l'affect comme défense contre l'émotion ? *Corps et Psychisme*, 1 (3), 153-166

souffrir de ce que nous pensons - à tort ou à raison - avoir vécu nous-mêmes) mais aussi celui qui nous gêne pour accueillir vraiment ce qu'ont à nous dire les enfants dont nous avons la responsabilité professionnelle si nous travaillons dans ce champ.

Si nous sommes trop envahis par ces représentations d'un enfant redouté, alors tout en fondant certaines de nos vocations, elles risquent de faire écran à notre réceptivité en nous amenant à « parler » sans cesse de nous sans pouvoir écouter véritablement l'histoire de nos patients.

Il est donc essentiel, via notre formation, de se réconcilier avec l'enfant que l'on craint d'avoir été et cette tendresse envers nous-mêmes est une condition importante de notre possibilité d'aider les autres.

Bien entendu, nous ne pouvons modifier les événements que nous avons vécus, mais nous pouvons toujours transformer le rapport que nous entretenons avec notre propre histoire, c'est-à-dire apaiser et tranquilliser les représentations que nous en avons.

Ceci est au cœur de la lecture à double sens que J. Laplanche⁴ nous recommande de faire de la théorie freudienne de l'après-coup en soulignant que si notre passé explique en partie notre présent, notre présent est toujours susceptible quant à lui de nous aider à transformer, à remanier, à réécrire, à rétro-dire les traces de notre passé.

D'où l'adage de Tom Robbins⁵ : « *It's never too late to have a happy childhood!* »

La tendresse envers autrui, quant à elle, me semble plutôt se situer du côté de l'émotion

Dans le cadre du développement précoce, la tendresse peut être considérée comme l'un des liens préverbaux – au même titre que l'empathie

4. Laplanche, J. (1999). Notes sur l'après-coup (p. 57-66). Dans : *Entre séduction et inspiration : l'homme*. Paris, France : PUF.

5. Robbins, T. (2017). *Nature morte avec pivolet*. Paris, France : Gallmeister.

dont elle diffère - qui permettent au bébé de creuser l'écart intersubjectif sans s'arracher, sans violence, sans discontinuité ni traumatisme développemental.

Dans le champ de la psychanalyse de l'enfant, c'est D.W. Winnicott⁶ qui a mis l'empathie en position centrale, que ce soit à propos de la métaphore du miroir du regard maternel ou des « moments sacrés » de la consultation thérapeutique, et son apport aura sans doute été, ici, de se positionner lui-même comme « l'objet subjectif » non pas de l'enfant seulement, mais de la triade père/mère/bébé dans son ensemble.

Cela étant, l'empathie n'est pas tout à fait la tendresse car celle-ci n'est pas seulement une capacité à porter attention à ce que l'autre vit, mais une sorte de disponibilité à autrui, de sensibilité et d'attraction permanente ou plus ou moins aiguë.

La tendresse envers autrui ne saurait donc être pensée seulement comme une forme déssexualisée de l'amour mais dans la mesure où la tendresse est susceptible de nous déborder ou de nous submerger, la question se pose tout de même de savoir s'il y a ou non de l'amour et/ou du désir dans la tendresse ?

Entre affect et émotion, la tendresse occupe ainsi une place intermédiaire qui en fait l'un des beaux concepts psychologiques actuels

Encore insuffisamment exploré, il mérite qu'on l'étudie attentivement car il nous permet d'embrasser dans le même regard à la fois ce qui nous concerne nous-mêmes et ce qui concerne l'autre, soit les patients pour le psychothérapeute, le psychanalyste et tous les soignants de la psyché.

6. Winnicott, D.W. (1967). Le rôle de miroir de la mère et de la famille dans le développement de l'enfant. Aux limites de l'analysable? *Nouvelle revue de psychanalyse*, 1974, 10, 79-86.

Je souhaite évidemment à cette deuxième édition tout le succès qu'elle mérite auprès des professionnels impliqués dans le soin aux victimes de traumatismes mais aussi bien au-delà.

La réflexion de Tigrane Tovmassian est en effet novatrice et je veux ici saluer sa subtilité.

La tendresse est sans doute un facteur important du passage de l'être à l'existence⁷ mais elle pourrait bien être aussi, en cas de traumatisme, l'un des facteurs permettant de réanimer le psychisme des patients et de les aider à retrouver le chemin de l'existence après un temps plus ou moins long de régression à l'être.

Que nous sommes loin du debriefing !

Merci à Tigrane Tovmassian de plaider ainsi aussi utilement pour une (pédo)psychiatrie humaine et humaniste.

7. Golse, B. (2020). Le bébé, de l'être à l'existence. Toulouse, France : Érès.

Agressions sexuelles, génocide, torture, guerres... comment prendre en charge les nombreuses victimes relevant du psychotraumatisme extrême ?

Cet ouvrage interroge le rôle du psychothérapeute dans l'accompagnement du patient. Face à l'annihilation psychique, à la rupture du sentiment de continuité d'existence :

- Comment répondre à la détresse ?
- Comment réagir au déni fréquent de l'environnement ?
- Quelles voies possibles pour transformer le trauma ?

À ces questions, l'auteur répond : « la tendresse » ! Dans le processus psychothérapeutique, le thérapeute peut se sentir impuissant. Il doit alors trouver les ressources pour sortir les deux protagonistes de cette détresse. Ces ressources, il ne peut les trouver que dans la tendresse. L'acte qui s'engage alors transforme la détresse. La tendresse permet une sortie du trauma en passant d'un lien à l'agresseur qui fige, vers un lien au clinicien qui libère.

Un livre qui aidera tout clinicien dans sa pratique, pour comprendre l'importance du concept de tendresse dans la transformation du trauma.

Laurent Tigrane Tovmassian est docteur en psychopathologie fondamentale et psychanalyse. Responsable de la formation aux cliniques du psychotraumatisme (Centre Chapelle-aux-Champs, Bruxelles). Co-responsable de l'Unité de prise en charge du psychotraumatisme du SSM Centre Chapelle-aux-Champs, UCL, Bruxelles. Chargé d'enseignement à l'Université Paris Cité. Membre associé du laboratoire CRPMS Paris 7.

« Sans jamais tomber dans l'irénisme, Tigrane Tovmassian nous montre ici une voie passionnante pour traiter le psychotraumatisme, et sortir de l'impuissance dans laquelle les patients, mais nous aussi, les thérapeutes, sommes souvent plongés. Un ouvrage stimulant. »

Régine Waintrater (MCF honoraire, Université Paris Cité), *Dialogue*.

20 € TTC France

ISBN : 978-2-38642-622-3

Œuvre en couverture :

© Mix and Match Studio / Adobe Stock



9 782386 426223

• EDITIONS IN PRESS •

www.inpress.fr