

## V - Le facteur psychologique

Ce troisième élément, le plus important parce que le plus proche des origines de votre maladie, est cependant le plus difficile à aborder parce qu'il est le moins apparent.

Par principe, je considère le facteur psychologique comme étant toujours à la base de votre maladie. En effet, quels que soient les avantages que l'alcool ait pu momentanément vous procurer, vous n'étiez pas sans en connaître les inconvénients, les dangers. Que s'est-il donc passé pour que vous ayez pu à ce point les méconnaître ? Quelle force vous poussait à boire malgré vous ? Quels désirs l'alcool venait-il combler ? Quelles insuffisances, quels malheurs venait-il illusoirement compenser ? Voici les questions que l'on doit se poser à votre sujet. C'est un fait que les malades dans votre cas ont toujours quelque plaie à panser, quelque défaut à leur cuirasse pour lequel l'alcool apporte une sorte de solution boiteuse. Dans l'effort que vous faites depuis quelques jours pour écrire votre autobiographie, il est probable que vous cherchez cette défaillance, que vous vous demandez : "Pourquoi ai-je usé de l'alcool à titre de remède ? A quel mal était-il destiné ?". A vrai dire, il est peu probable que vous ayez trouvé une réponse satisfaisante à cette question. Nous allons cependant envisager ensemble sous quels aspects la réponse peut se présenter.

**LA PETITE GUERRE CONSÉQUENCE MAIS NON CAUSE DE VOTRE MALADIE.** -Je pense que maintenant, vous ne croyez plus autant aux raisons que vous avez pu vous donner à vous-même pendant les mois qui ont précédé votre entrée ici : Je bois parce que j'ai chaud, parce que j'ai froid, parce que c'est un jour exceptionnel. Je bois parce que je tremble, parce que je suis fatigué. Je bois parce que de toutes façons j'aurai des reproches, parce qu'on me soupçonne; parce que mon travail marche mal... Toutes ces raisons, vraies d'ailleurs sur le moment, sont, vous le savez, insuffisantes à expliquer votre maladie. Vous vous doutez bien que quand je vous parle du facteur psychologique, ce n'est pas de cela dont il est question.

**LE MASQUE DE LA DÉFICIENCE ORGANIQUE.** -Plus facilement, vous pouvez être tenté d'expliquer votre maladie par quelques troubles de votre vie physique. Ainsi les malades faisant un métier manuel estiment souvent l'alcool indispensable pour effectuer leur travail et compenser leur fatigue. Après leur guérison, il s'aperçoivent qu'en fait l'alcool leur était parfaitement inutile à ce point de vue. Bien d'autres raisons organiques peuvent être invoquées qui ne sont qu'une apparence. Ainsi, un malade expliquait de cette façon sa maladie : "J'ai une soif inextinguible, et comme le pastis est meilleur que l'eau, je bois une vingtaine de double pastis tous les jours. C'est le liquide que je cherche, non l'alcool." En fait, ce malade révélera par la suite qu'entre autres troubles de la personnalité, il était presque impuissant. Actuellement guéri de son impuissance, il ne boit que de l'eau. Par la même occasion, il s'est aperçu que sa soif reprenait des proportions tout à fait normales.

**LE MASQUE DU CONFLIT FAMILIAL OU PROFESSIONNEL.** -Le recours à l'alcool peut paraître aussi la seule issue à quelque conflit impossible à résoudre. Vos relations avec vos parents, votre conjoint peuvent en effet être profondément faussées : situation de dépendance pécuniaire et morale; ou bien, absence de soutien matériel et affectif, défaut de compréhension, manque de tendresse de la part des vôtres, abandon, jalousie, etc. Peut-être aussi, sans que le conflit soit aussi aigu, avez-vous l'impression vague et mal définie de ne pas trouver autour de vous les satisfactions auxquelles vous aspirez.

Que vous viviez et que vous ayez vécu ainsi votre situation, explique sûrement en partie la genèse de votre maladie, mais ceci surtout dans la mesure où y transparait votre souffrance. Car là aussi, il ne s'agit que d'une apparence. Si les insuffisances et les défauts de l'entourage sont souvent manifestes dans de tels conflits, vous devez y voir surtout votre propre abdication, votre propre incapacité à les surmonter : tel homme se plaint du caractère acariâtre, autoritaire de sa femme; il y a gros à parier qu'après sa guérison, c'est lui qui reprendra la direction du ménage. Telle femme se plaint d'être abandonnée par son mari; probablement deux mois après sa guérison, elle dira que son mari est redevenu comme aux premiers temps de son mariage.

**LES DÉFICIENCES DE VOTRE PERSONNALITÉ.** -Finalement, il faut en revenir à la façon dont vous voyez ce qui vous entoure et à la façon dont vous voyez vous-même. Peut-être dès maintenant, pouvez-vous me signaler ce qui ne va pas en vous : timide, vous aviez besoin de vous doper; anxieux, vous deviez calmer votre angoisse. Des idées obsédantes, notamment des obsessions sexuelles, sont parfois mieux supportées grâce à l'alcool. D'autres personnes ont tendance à être trop méticuleuses, trop scrupuleuses, incapables de faire quoi que ce soit sans vérifier plusieurs fois si ce travail a été bien exécuté.

L'alcool a pu jouer un rôle suspensif sur ces préoccupations. D'innombrables difficultés de cet ordre peuvent vous inquiéter.

Mais il se peut aussi que vous n'ayez aucune conscience de ces petits déficits pourtant si lourds de conséquences. Il est légitime de supposer, puisque l'alcool diminue, en effet, certains troubles nerveux, qu'il peut aussi parfois les supprimer au point que ces troubles ne soient plus apparents. Je vous signalerai en exemple le cas d'une malade pour qui rien ne semblait éclairer la genèse intime de sa maladie. Quelques mois après sa sortie, elle fut obsédée par la crainte d'être trompée par son mari, crainte d'ailleurs injustifiée mais qui la poussait à questionner celui-ci, à l'espionner, etc. Après quelques mois de lutte, elle se remit à boire. Dans un tel cas, il est bien évident que l'intoxication avait une importance secondaire, mais qu'il fallait, par contre, soigner les idées obsédantes de jalousie.

**LA STRUCTURE DE VOTRE PERSONNALITÉ.** -Alcool, conflits familiaux, troubles névrotiques plus ou moins importants, tous ces éléments sont là comme des témoins de ce qui en vous souffre et lutte. A travers de tels échecs, je peux commencer à vous connaître. Dans votre autobiographie, apparaîtront aussi des réussites qui me montreront alors un autre aspect, positif, de votre personnalité. De la richesse même des informations que vous m'apporterez dépendra la connaissance que j'aurai de vous.

D'autres moyens encore sont mis en œuvre pour connaître la structure de votre personnalité. On vous a fait passer des tests : taches d'encre qui ne signifient rien, photos banales n'ayant apparemment aucun intérêt. Dans ce que vous dites à leur sujet il n'y a rien venant de ce qu'on vous présente : il n'y a que ce que vous-même y mettez, c'est-à-dire des reflets de votre personnalité.

De même pour le dessin qu'on vous demande de faire : le personnage dessiné sera de toutes façons un quelconque reflet de vous et de vos préoccupations.

Il y a peu de temps encore cette personnalité dont je vous parle, la vôtre, était littéralement noyée par l'alcool. Aujourd'hui, le problème de l'alcool n'est plus qu'un des éléments permettant de parler de la mise en échec de votre personnalité.

Car c'est bien d'elle et non de l'alcool qu'il s'agit ici. Une fracture, une maladie ordinaire, peuvent rester comme extérieures à vous-même. Mais, dans votre cas, la structure même de votre vie doit être remise en question.

Nous verrons dans les jours prochains comment vous pourrez trouver une issue là où vous étiez dans une impasse.