

NOUVELLES APPROCHES PSYCHANALYTIQUES

INSTITUT RACHI

*« On me like donc je suis? :
Regard et construction narcissique à l'ère du numérique »*

Lundi 5 Décembre 2022

Résumé :

Supports de projection, les écrans d'aujourd'hui sont souvent utilisés comme des miroirs. A l'ère d'une culture du narcissisme, quel lien entretenons-nous avec notre smartphone ? Quel effet l'usage de certaines applications peut-il bien avoir dans notre vie psychique ? Les théories développées par la psychanalyse sur l'enjeu du regard de l'autre dans la construction psychique peuvent nous permettre de mieux comprendre nos interactions avec cet objet qui nous accompagne souvent partout.

La pensée n'est pas l'apanage de la psychanalyse, elle circule, elle se laisse instruire par les expériences et les échanges et c'est ce que l'on souhaitait proposer comme exercice avec ce nouveau format d'échanges. La psychanalyse, tout comme d'autres disciplines, nous donne des outils pour penser notre monde sans cesse en mouvement et Freud soutenait d'ailleurs l'idée que la psychanalyse est en prise avec la société, elle doit aussi bien pouvoir instruire que se laisser instruire. Nous avons tous quelque chose à dire sur le numérique, de près ou de loin, à partir de notre expérience propre. Faisant partis d'une même époque, nous sommes traversés pour la plupart par les mêmes phénomènes. Depuis la commercialisation massive des smartphones en 2007, il y a finalement seulement 15 ans, ce petit objet avec tout ce qu'il implique dans ses usages, a pris une place considérable, compagnon, extension de soi, ou extension de notre mémoire, pourvoyeur de nos besoins et j'en passe.

Eric Laurent, psychanalyste, écrit dans son article « Jouir d'internet » : « Il y eut d'abord, à l'époque du fondateur, la psychanalyse contemporaine de l'âge des interdits. Il y eut ensuite, avec Lacan, la psychanalyse contemporaine de l'âge de la

libération sexuelle. Il y a maintenant, toujours avec Freud et Lacan, la psychanalyse contemporaine de l'overdose des savoirs, de la compagnie et de la connexion. La psychanalyse permet de se désintoxiquer, c'est une entreprise d'utilité publique ».

Je commencerai mon propos en soulevant une question qui me paraît plutôt importante et qui nous donne à penser la relation entre l'être humain et les nouvelles technologies comme une interaction. Est-ce les machines (sens global), ces nouvelles technologies du numérique qui créent de nouveaux symptômes, de nouvelles conduites ou font-elles partie de la réponse construite face aux nouveaux symptômes de notre société ? Autrement dit, il faut pouvoir imaginer la logique du machiniste qui trouve dans la machine qu'il crée ce dont il a besoin. Il est alors nécessaire de se questionner sur la dimension psychique pour rendre compte de ce qui appelle le sujet vers les dispositifs numériques.

Récolter des vues sur Youtube, collectionner les "like" sur Facebook, compter ses abonnés sur Instagram, tout cela participe d'un besoin de validation narcissique via le quantifiable, et opéré par une certaine logique capitaliste qui se fonde dans celle du numérique. Mais passer des heures durant à regarder ces contenus implique également le sujet dans cette dynamique du regard.

Pour nous aider à penser et à comprendre ce qui est en jeu dans le fait de voir ou être vu, notamment dans les réseaux sociaux et plateformes vidéos, puisque c'est cet angle d'approche que j'ai choisi, il faut revenir à ce que Freud a pu théoriser et d'autres après lui sur la place et la fonction du regard dans la construction psychique du sujet :

Le regard apparaît plusieurs fois dans l'œuvre freudienne, la pulsion de voir incarne pour lui un moyen irremplaçable pour l'individu d'établir un contact avec le monde et de s'y sentir présent. Dans « Trois essais sur la théorie sexuelle », il décrit la pulsion de voir comme essentielle au développement de l'enfant. Et la mère serait profondément liée à cette introduction du bébé dans le monde, notamment par son regard. C'est par sa présence-absence envers l'enfant, et cette expérience du regard, que va se configurer pour le bébé l'expérience de la perte d'objet quand la mère se soustrait au regard de l'enfant. Cette relation entre regard, mère et développement de

l'enfant est présente dans ce que Freud décrit du rôle de la mère en tant que "Nebenmensch" : Neben signifie en allemand à côté et Mensch est le mot neutre pour être humain. La langue allemande ayant un mot pour désigner un interlocuteur, le nebenmensch est au contraire la personne qui se tient à côté de l'autre et regarde dans la même direction. Freud prend d'ailleurs un soin particulier à ne pas identifier, superposer et confondre 1/ la mère, 2/ l'objet souhaité, 3/ le nebenmensch autrement dit l'être-humain-proche. Et c'est donc précisément parce que l'absence de ce personnage est remarquée par l'enfant que la relation libidinale vers l'objet émerge et se développe. Autrement dit, Freud démontre avec ce concept comment le regard est une condition essentielle pour être dans le monde et investir celui-ci. Sans le regard, et ce jeu d'absence-présence, il ne peut y avoir d'objet manquant et sans réapparition d'un objet manquant il ne peut advenir de désir.

Lacan élaborera le concept de l'"objet petit a" " quand il réfléchira à ce qui doit manquer pour que le désir puisse émerger. Dans son séminaire X, il dit que l'objet petit a, a pour autre, peut être considéré comme la cause même du désir; objet perdu depuis toujours, c'est ainsi que désirer est rendu possible. C'est par la manifestation de l'objet(a) comme manque, par cette absence structurelle, que la libido peut se connecter à d'autres objets, c'est-à-dire que le sujet peut se lier aux autres.

Désirer implique donc d'être dans une logique intersubjective, une logique de l'altérité. Je reprendrai une métaphore trouvée dans mes lectures, celle du jeu du Taquin. C'est un jeu dans lequel 15 pièces doivent être placées dans un certain ordre dans un cadre prévu pour 16 pièces. En raison d'une pièce manquante, le mouvement des 15 autres est possible. Si nous transposons cette métaphore à la formation de l'inconscient, on comprend que le mouvement et le développement n'est possible que s'il manque quelque chose au sujet. La pièce manquante est l'objet du désir. Quand l'enfant réalise que la présence du "nebenmensch" ne lui fournit pas ce dont il a besoin, il commence à le vouloir: c'est la logique du désir, influencée, configurée par l'exercice du regard.

Un autre concept formulé d'abord par Henri Wallon puis repris par Jacques Lacan, Françoise Dolto et Donald Winnicott nous intéresse : le stade du miroir. J'aborderai le concept selon Lacan et Winnicott.

Pour Lacan, ce stade est le formateur de la fonction « je », la fonction sujet, c'est le moment où l'enfant, âgé de 6 à 18 mois découvre son image dans le reflet du miroir et qu'il y a quelqu'un à côté pour dire "regarde, c'est toi, comme tu es beau!". Ce

serait dans le regard et dans le dire de cet autre parental, baigné ainsi dans le langage, tout autant que dans sa propre image, que l'enfant prendrait conscience alors de son unité, et de là commencerait sa construction en tant que "je". Ainsi l'enfant comprend « C'est moi, cette image valorisée ». Ce qui fait donc du regard un concept capital pour ce qui concerne la valeur que le bébé s'attribue et, dans cette auto-attribution, se donne une valeur narcissique. L'image de soi, l'estime de soi et la confiance en soi apparaissent et commencent à se déterminer.

C'est en questionnant le développement de l'identité que Winnicott, lui aussi, va s'intéresser au phénomène du miroir en référence quant à lui au regard de l'autre comme métaphore de miroir. Il écrit : « Dans le développement émotionnel de l'individu, le précurseur du miroir est le visage de la mère [...] qu'est-ce que le bébé voit lorsqu'il regarde le visage de sa mère ? Je suggère qu'ordinairement ce que le bébé voit, c'est lui-même. » La question induite dans cette observation est d'inférer la manière dont l'enfant a été aimé. La mère contemple son bébé, qui le contemple. Winnicott invite donc le lecteur à considérer le cas où la mère n'occupe pas cette fonction de miroir, parce qu'elle est ailleurs, pas disponible psychiquement, dépressive ou autre. Dans ce cas, c'est le développement du moi chez le bébé qui ralentirait et sa capacité créative également. Le bébé peut être alors et à différents niveaux, entravé dans la construction de cette image de lui-même. Il pourra se tourner bien sûr vers le reste de son environnement, visage du père, de la fratrie, d'une nourrice par exemple. C'est au cours du développement de cette théorie qu'advient la célèbre expression de Winnicott "un bébé ça n'existe pas" suggérant qu'un bébé ça n'existe pas seul, il n'existe que dans son rapport à l'autre, porté par ses soins, son regard et sa parole.

La théorie psychanalytique n'est pas univoque en ce qui concerne la notion de narcissisme mais nous pouvons en tirer l'idée (je reprends vocabulaire de psychanalyse de Laplanche et Pontalis) qu'il existe un narcissisme primaire, c'est-à-dire, une phase précoce du développement, des moments fondateurs, qui se caractérisent par l'apparition d'une première ébauche du moi et son investissement par la libido. L'enfant investit donc toute sa libido sur lui-même, avant de pouvoir dans un autre temps investir d'autres objets.

Le terme de narcissisme renvoie au mythe de Narcisse qui symbolise très bien le stade du miroir. Fils du dieu Céphise, et de la nymphe Liriope, Narcisse était d'une

grande beauté. Il s'attira le désir de plus d'une nymphe dont Echo qu'il repoussa. Désespérée, celle-ci tomba malade et implora la déesse Némésis de la venger. Au cours d'une partie de chasse, le jeune homme fit halte près d'une fontaine aux eaux claires : fasciné par son reflet, Narcisse crut voir un autre être et frappé de stupeur, ne parvint plus à détacher son regard de ce visage qui était le sien. Épris de lui-même, Narcisse plongea alors les bras dans l'eau pour étreindre cette image qui ne cessait de se dérober. Torturé par ce désir impossible, il pleura et finit par prendre conscience qu'il était lui-même l'objet de son amour. Il voulut alors se séparer de sa propre personne et se frappa jusqu'au sang avant de dire adieu au miroir fatal et de rendre l'âme. Épris de son image, c'est-à-dire du "moi", il en oublia le vrai Narcisse c'est-à-dire le "je". Être pris dans le miroir, signifie devenir prisonnier d'une réalité où le seul rapport au monde est narcissique et où la dimension du manque, la dimension de l'autre est évacuée. L'individu est alors au centre de tout et ne peut pas saisir son propre manque.

2 moments signent alors le stade du miroir : le premier est l'identification visuelle d'une image et la compréhension de sa coïncidence avec soi-même. Le 2ème, est le moment de la reconnaissance qu'il existe un monde extérieur indépendant de notre volonté, moment porté par le regard et la présence de l'autre. Le premier moment est celui du narcissisme et le 2ème celui de la chute de cette toute-puissance dans la rencontre avec son propre manque, qui permet la rencontre avec l'autre.

En 1997 déjà , Sherry Turkle, professeur au MIT et psychologue sociale écrit : "on a appelé notre culture une culture du narcissisme. L'étiquette est appropriée mais peut être trompeuse. Il se lit familièrement comme égoïsme et égocentrisme. Mais ces images ne capturent pas l'anxiété qui se cache derrière notre recherche de miroirs. Nous sommes incertains dans notre compréhension de nous-mêmes, et cette insécurité engendre une nouvelle préoccupation avec la question de qui nous sommes. Nous cherchons des moyens de nous voir nous-mêmes. "L'ordinateur est un nouveau miroir".

Je préciserai tout de même qu'il existe une différence structurelle entre les écrans de télévision et d'ordinateurs et les écrans dits "interactifs", et donc à portée de main, que sont les smartphones (et les tablettes). La différence fondamentale est qu'une interface interactive est un support qui s'engage dans une "relation" avec l'utilisateur. Cette interaction advient du fait que le processus technique de la machine répond à nos actions, c'est-à-dire, la machine engage avec nous une relation. (Vial, 2013) Cela est renforcée selon moi d'une part par la logique numérique (informatique) du 1-0,

c'est-à-dire présence-absence, comme vécu dans le début du développement de l'enfant. D'autre part, par le fait, qu'en l'utilisant à une distance d'une longueur de bras (c'est bien le maximum, quand nous ne sommes pas le nez dessus), cela exclut en quelque sorte le reste de l'environnement, le regard étant absorbé par l'écran.

La question se pose alors du type de lien que nous pouvons entretenir avec notre smartphone. Qu'observons-nous tous ici ? Que ressentons-nous à l'usage de ces applications? Que recherchons-nous et qu'est-ce que cela peut venir dire de notre fonctionnement psychique? et Comment cela participe t-il de l'évolution des esprits, de l'évolution même de nos structures psychiques, selon l'âge auquel on peut y être soumis ?

Se posent alors Beaucoup d'interrogations sur les différents enjeux que cela provoque chez tout à chacun qui se sent concerné par une utilisation répétée de ces écrans.

La relation aux écrans et a fortiori aux réseaux sociaux dans leur critère illusoirement "nourrissant", tel que recherché dans le regard de la mère viendrait alors figurer, et pourrait faire revivre cette douleur de la séparation d'avec la mère à ce stade précoce où l'enfant existe que dans le regard et en présence de l'autre. Une fois le lien établi avec ces objets que sont les applications (facebook, messenger, conversations chat, youtube etc), c'est-à-dire tous les espaces de projection spéculaire possibles ; on peut faire l'hypothèse que selon la manière dont le sujet à été investie et comment il a traversé cette douleur de la séparation visuelle, ce moment de ce développement précoce de l'enfance, puis comment il a pu ou pas renégocier ces moments fondateurs, certains éprouvés pourraient bien se réactiver, cette période venir se rejouer d'une certaine manière dans la relation et le contenu de ces espaces.

Par exemple ,le fait d'être suffisamment regardé, d'avoir récolté assez de like ou de vues viendrait donner l'illusion d'un nourrissage affectif et d'une validation narcissique. (C'est l'expérience libidinale au niveau de la pulsion scopique, du regard, celui qui vient donner un sentiment d'existence au monde) A contrario, lorsqu'il y a un sentiment de frustration affective de ne pas en avoir assez, cela peut faire écho à la douleur de cette perte liée au sentiment de discontinuité de son existence et de sa présence au monde. Aussi, absorber du contenu en chaîne, visionner des tas d'images pour la plupart mises en scène, pourrait venir interférer avec son idéal du moi (instance de personnalité dont la fonction sur le plan symbolique est de réguler la structure imaginaire du moi, les identifications et les conflits qui régissent ses

rapports à ses semblables) et venir influencer la perception que l'individu a de lui-même.

Le sentiment de continuité d'existence est quelque chose de vital chez le sujet. Et cela participe de sa survie psychique. Bien entendu, chaque individu s'en aménage de manière subjective avec des remaniements toujours possibles.

Mais dans une société, telle qu'elle a évoluée, qui véhicule souvent des sentiments d'insécurité, faite de nouvelles générations parfois en manque de repères, en quête d'une place à trouver dans un monde toujours plus vaste, ET traversé par un fonctionnement capitaliste, qui promeut : la valeur donnée au quantifiable (nombre de like, nombre de vues par exemple), le « tout est possible » et l'inflation de l'image ; cette société là donne à mon sens toutes les clés de la réussite à ces espaces de projection qui sont utilisés comme des miroirs par des individus parfois en mal d'existence et qui peuvent leur donner une illusion d'amour.

Alors, est-ce vraiment une illusion ? Parce que, après tout, la question pourrait se poser de savoir si cette relation à ces espaces de projections pourrait venir nourrir l'individu d'une manière ou d'une autre.

Cela étant dit, c'est bien la répétition excessive de ces comportements, et qui peut prendre des formes d'addiction (terme à débattre?) qui me pousse à fortement en douter et à penser que quelque chose bute, que le réel bute. Un réel qui ne passe ni par les pixels, ni par les algorithmes, ni par la 3,4 ou 5G. C'est le réel des corps, le réel de la rencontre, le réel de l'autre et du manque.

Tout comme l'infatuation des selfies (CAD la satisfaction de soi à se prendre en photo), symptomatique de la demande répétitive qu'un autre vienne enfin répondre à ce que nous sommes et désirons, les images et vidéos souvent mises en scène et projetées sur les écrans aux yeux de tous signent une connexion illimitée du sujet à la demande d'amour de l'autre et renforce par là-même son aliénation à l'Autre en cherchant à augmenter sa plus-value.

Transformé en unité de valeur via le nombre de like, l'individu peut se vivre comme éjectable, remplaçable, ce qu'on observe via les sites de rencontres aussi. L'individu réduit à l'état d'objet ou de produit, c'est la valeur de sa singularité qui est évacuée. Et ceci même qu'est promu la subjectivité en voulant se différencier des autres et donner son avis sur tout pour flatter son narcissisme et justifier de son existence sur la toile. C'est ce qu'avancait Clotilde Leguil dans un article paru en 2017, le fait que

nous vivions à l'ère d'un narcissisme de masse, figuré par une hypertrophie du moi, et corrélative à la fragilité de celui-ci.

Peut-être, quittons-nous le collectif quand nous sommes sur nos écrans (j'entends celui de la foule théorisé par Freud qui structure) pour n'être qu'une multitude de petits narcissismes qui se regardent les uns les autres dans l'attente d'une validation d'un autre (mais quel autre ?) ??? Car cet autre manquant, cet objet(a) ne faisant définitivement pas partie de l'équation du numérique, pourrait-on dire de l'économie numérique, c'est l'impasse assurée... Du moi avec du moi, seul face à son miroir, se répétant je m'aime donc je suis, la psychanalyse nous enseigne que ça ne marche pas car le sujet est voué à devoir faire avec son manque, introduit par son rapport à l'autre.

Alors si le lien à notre smartphone (via l'usage que l'on en fait) ne revient finalement qu'à être purement narcissique, c'est-à-dire sans objet, que cette relation évacue la dimension de l'altérité, qu'elle est seulement interactive et non intersubjective, nous pourrions penser, et c'est l'hypothèse de plusieurs auteurs, que l'écran peut prendre la forme d'un objet fétiche.

Le fétichisme représente le déni ultime de la castration, en niant la perte du premier objet destiné à être perdu, le regard du Nebenmensch, nous dit Freud. Tisseron écrit à ce propos : "A la différence de l'objet transitionnel, l'objet fétiche n'est plus appelé à permettre une renégociation des relations que l'enfant entretient avec sa mère-environnement-toujours-disponible. Il devient un substitut de celle-ci, autrement dit une prothèse : il correspond au désir d'être réuni à une mère primitive, c'est-à-dire un environnement toujours disponible à lui". C'est que pourrait figurer l'écran, un environnement toujours disponible.

L'individu pourra préférer se rétracter vers un monde où la réalité 1/ est à sa portée 2/ peut être modelé selon ses désirs et 3/ qui n'impliquera pas de faire face à l'angoisse inhérente à toute relation avec l'autre (avance Sherry Turkle). Cela revient à considérer qu'avec notre smartphone dans la poche nous pourrions avoir l'illusion de n'être jamais manquant...

Serait-ce alors pour cela que nous y sommes si attachés?

