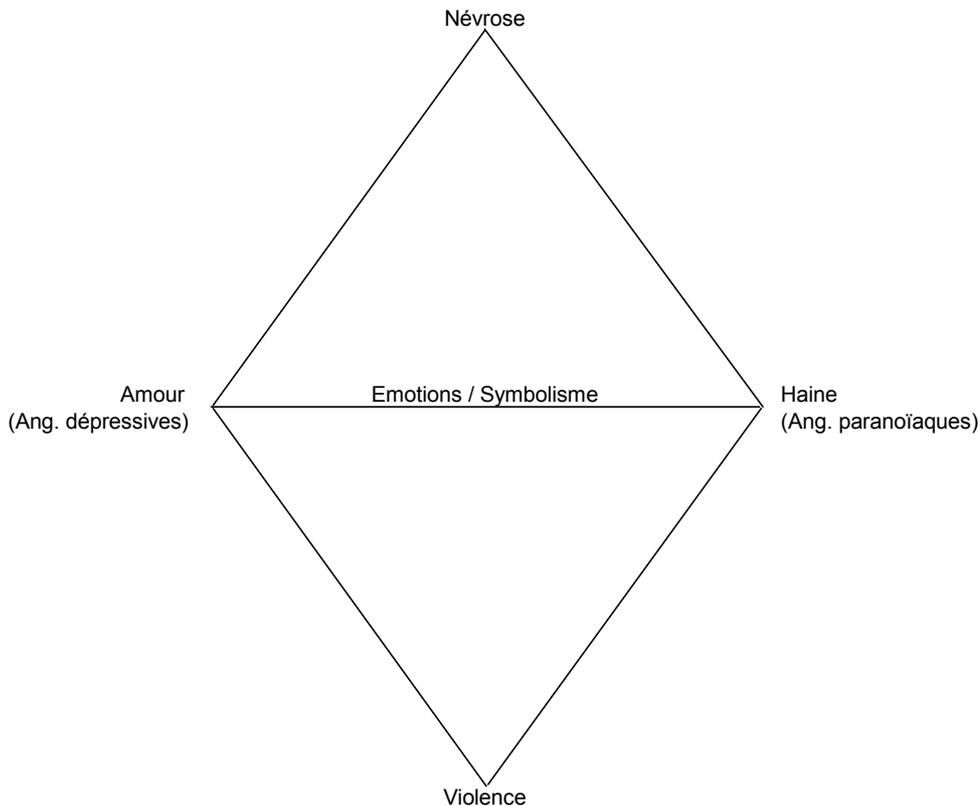


# AMOUR, HAINE ET VIOLENCE

## Comment gérer ses émotions



### 1. Amour et haine : les émotions

KLEIN Melanie, *Love, guilt and reparation*, 1937

La haine : mécanisme psychologique dynamique, actif en permanence, qui permet à l'appareil psychologique de s'adapter à son environnement et aux modifications que celui-ci subit.

GOLEMAN Daniel, *Emotional intelligence. Why it can matter more than IQ*, 1995

GARDNER Howard, *Frames of mind. The theory of multiple intelligence*, 1993

### 2. Haine et névrose : les angoisses

KLEIN Melanie, *Notes on some schizoid mechanisms*, 1946

### 3. Haine et violence : l'autoritarisme

COTTER Philippe, *Nazisme, terrorisme et tueurs en série*, Eclectica, Genève, 2006

1. La double distorsion
2. La dégénérescence cognitive et paranoïaque
3. La thérapie

# AMOUR, HAINE ET VIOLENCE

## Comment gérer ses émotions

### INTRODUCTION

- Le reportage que nous venons de (ne pas) voir pose une question intéressante, celle du rapport entre la haine et la violence. Dans les minutes qui vont suivre, je me propose de vous montrer que ce rapport n'est pas aussi simple qu'on pourrait l'imaginer, et qu'il doit être intégré dans une analyse extensive des émotions, qui inclut quatre pôles, l'amour, la haine, les névroses et la violence de type autoritaire.
- A cet effet, j'ai représenté sur un graphique, que vous avez sur votre feuille, ces quatre pôles. Nous verrons que l'interaction entre l'amour et la haine, si elle ne fonctionne pas correctement, conduit soit à des névroses, soit à des comportements violents.
- Comme références, j'ai utilisé les œuvres de Melanie Klein, la psychanalyste la plus célèbre après Freud, qui s'est intéressée principalement au fonctionnement émotionnel des enfants, et mon ouvrage, *Nazisme, terrorisme et tueurs en série*, consacré à la violence extrême, publié dernièrement par les éditions Eclectica, dirigées par Estelle.

### 1. AMOUR ET HAINE : LES EMOTIONS

- Voyons, dans un premier temps, les relations complexes qui unissent l'amour et la haine.
- Melanie Klein est la première à avoir souligné l'importance de la haine dans le fonctionnement psychologique normal. Elle a observé ses effets dans les jeux des enfants, et en particulier dans leurs dessins.
- Qu'est-ce que la haine pour Melanie Klein ?

La haine, pour Melanie Klein, est un mécanisme psychologique dynamique, actif en permanence, qui permet à l'appareil psychique de s'adapter à son environnement et aux modifications que celui-ci subit.

- Comment fonctionne la haine ?

La haine est constituée par un mécanisme de désintégration temporaire des représentations mentales de l'appareil psychique. Il s'agit d'un mécanisme de défense, qui constitue une fuite interne, et qui permet à l'appareil psychique de se protéger pendant le processus d'adaptation à l'environnement. Le concept de la "haine" n'a donc pas de dimension idéologique chez Melanie Klein : il s'agit d'un mécanisme psychologique normal, indispensable au fonctionnement de l'appareil psychique.

- Est-ce que la haine ne risque pas de conduire l'individu à des comportements agressifs envers son environnement ?

Effectivement, on observe des comportements agressifs de la part de l'individu envers son environnement lors des périodes d'adaptation, des comportements agressifs liés au fonctionnement de la haine, et que Melanie Klein a observé chez les enfants. Ces comportements agressifs, cependant, sont peu intenses et temporaires. Pourquoi ? Parce que Melanie Klein a montré l'existence d'un mécanisme parallèle à celui de la haine, qu'elle appelle la réparation : comme l'individu sait qu'il a besoin de son environnement pour survivre, la haine qu'il éprouve lors des périodes d'adaptation, provoque également, dans un deuxième temps, le besoin de réparer, de reconstruire le lien avec son environnement.

- On a donc une séquence adaptative au niveau psychologique, avec en premier lieu, lorsque l'individu se trouve confronté à une réalité nouvelle, de l'hostilité, de la haine, qui permet à l'individu de se protéger temporairement, puis, dans un deuxième temps, la réparation, qui protège cette fois l'environnement de l'individu, et assure une relation à long terme entre eux.

- Melanie Klein observe cette séquence adaptative des émotions chez le nouveau-né, durant les premiers mois après la naissance, lors de la nutrition : l'enfant ressent, lorsqu'il a faim, de l'envie et de l'hostilité envers sa mère, puis l'envie et l'hostilité font place à la réparation, ce que l'on appelle plus communément les "remords", lorsque l'enfant est rassasié, et qu'il cherche à se rapprocher à nouveau de sa mère. Cette dynamique, qui se met en place

chez le nouveau-né, continue ensuite de fonctionner chez l'enfant, puis chez l'adulte, dans toutes les interactions relationnelles.

- Nous avons donc, dans notre graphique, un premier couple, qui compose les émotions de base, avec comme première émotion la haine, temporaire et peu intense, adaptative, compensée par un mécanisme de réparation, ce que l'on appelle généralement l'amour, mû par les remords que l'individu éprouve à l'égard de son environnement, et qui compense l'hostilité qu'il a ressenti envers lui lors du processus d'adaptation
- La question qui se pose maintenant est celle de savoir ce qui se passe, au niveau psychique, lorsque ce processus d'interaction émotionnelle entre la haine et l'amour ne fonctionne pas correctement. Cela constitue le point deux de notre plan.

## **2. HAINE ET NEVROSE : LES ANGOISSES**

- Une fois que l'on a admis l'existence, au niveau émotionnel, d'une interaction dynamique entre l'amour et la haine, une interaction d'ailleurs facilement observable sur soi-même dans les opérations quotidiennes, le reste suit de façon assez logique.
- Si l'individu ressent de l'hostilité, de la haine, envers son environnement lorsqu'il s'adapte à lui, c'est parce que les modifications au sein de cet environnement donnent naissance chez lui à des angoisses de deux types : des angoisses paranoïaques, associées à la haine, provoquées par la crainte que provoque le changement, et des angoisses dépressives (les remords), associées à la réparation, à l'amour.
- Maintenant, si ces angoisses sont très intenses, et que l'individu ne parvient pas à les gérer, par exemple parce que l'environnement est en permanence hostile, notamment dans les cas de maltraitance chez l'enfant, l'individu devient anxieux: les angoisses, au lieu d'assurer une interaction dynamique avec l'environnement, gênent le processus d'adaptation, et provoquent des troubles de l'adaptation, les névroses.

- On remarquera que ces troubles névrotiques sont toujours non violents: le névrosé oscille en permanence entre une hostilité intense, excessive, associée à des angoisses paranoïaques, mal gérées, et des angoisses dépressives, elles aussi excessives qui inhibent toute agressivité adaptative chez l'individu, et bloquent le processus de réparation, bloquent l'amour.
- Dans le cas de figure ci-dessus, celui des névroses, il n'y a donc pas de violence extrême possible envers l'environnement, tel qu'on l'observe chez les tueurs en série, les terroristes et les criminels politiques, mais seulement des angoisses et des émotions mal gérées, qui gênent l'adaptation de l'individu à son environnement. Quel est le lien entre les névroses et les comportements de violence extrême ? Il s'agira de la troisième partie de cet exposé.

### **3. HAINE ET VIOLENCE : L'AUTORITARISME**

- Nous avons vu que les troubles émotionnels des névroses provoquent des symptômes très pénalisants pour l'individu, qui ne parvient pas à s'adapter à son environnement. Comment peut-il gérer ces troubles ? La première solution est celle de la thérapie : l'individu apprend à retrouver, à rendre "conscientes" les angoisses et les émotions mal gérées, puis à les élaborer à posteriori.
- La gestion des conflits névrotiques peut également se faire d'une seconde façon, par l'intermédiaire de l'autoritarisme. L'individu, cette fois, modifie, transforme à son avantage les déséquilibres névrotiques. Comment procède la personnalité autoritaire ? Elle concentre sa haine non fonctionnelle sur des cibles, ses victimes, ce qui provoque en elle une forte stimulation interne, égocentrique. Il s'agit du plaisir autoritaire. Deuxièmement, la personnalité autoritaire détruit ses angoisses dépressives, ses remords, dans les relations avec ses victimes.
- Nous avons donc, chez la personnalité autoritaire, une double distorsion : en premier lieu une distorsion névrotique, avec des émotions, de

haine et d'amour, mal gérées, puis une deuxième distorsion, autoritaire, qui rééquilibre les émotions mal gérées, et qui se fait au détriment des victimes.

- Maintenant pour que cette distorsion autoritaire soit vraiment efficace, elle nécessite deux éléments :

1. Du temps : ce rééquilibrage interne autoritaire nécessite une réorganisation émotionnelle, qui prend du temps pour se stabiliser. Il n'y a donc pas de "pétage de plomb", comme on le dit souvent dans la presse, lors d'actes de grande violence, par exemple chez les tueurs en série. Ces actes de violence sont le résultat d'une longue évolution interne.

2. Deuxièmement, cette réorganisation, pour être efficace, doit se structurer, se rigidifier pour éviter que les troubles névrotiques ne refassent surface. La concentration de l'hostilité sur des cibles nécessite une construction idéologique, qui justifie le choix des cibles de cette hostilité. Quant à la destruction des remords, elle exige une analyse de la réalité très pointue, qui permette à l'agresseur d'accomplir ses actes de violence sans ressentir d'empathie, ni de compassion envers ses victimes. Pour cela, l'agresseur utilise trois mécanismes cognitifs complémentaires, qui le déculpabilisent, et lui permettent d'agir de façon violente sans ressentir de gêne interne :

1. La justification : l'agresseur construit des prétextes, qui, à ses yeux, légitiment sa violence.
2. La culpabilisation : l'agresseur, dans ses modes de pensée, rend la victime responsable des violences qu'elle subit.
3. La victimisation : de façon paradoxale, mais logique dans la vision du monde de l'agresseur, celui-ci se pose lui-même en victime des personnes qu'il attaque. Ainsi, Hitler affirme dans *Mein Kampf*, près de vingt ans avant la Shoah, "le Juif n'est pas la victime, mais bien l'agresseur."

- L'agresseur construit donc des représentations de la réalité extrêmement précises, qui le conduisent à commettre ses actes de violence sans remords, en obtenant du plaisir, et, ainsi, à limiter fortement les effets négatifs associés à ses troubles névrotiques sous-jacent.

- On peut donc légitimement se demander, arrivés à ce stade, si l'agresseur n'a pas trouvé une solution efficace, idéale, aux troubles névrotiques, puisqu'il obtient autant de bénéfices de ses actes de violence.
- Ma réponse à cette question, vous vous en doutez, sera négative. L'agresseur obtient certes un bénéfice primaire de son organisation interne autoritaire, la réduction de l'intensité de ses souffrances névrotiques, mais cette organisation interne enclenche dans le même temps un mécanisme secondaire que j'ai appelé la dégénérescence cognitive et paranoïaque : les trois distorsions utilisées par l'agresseur que j'ai mentionnées plus haut, la justification, la culpabilisation et la victimisation, qui se retrouvent chez tous les individus ultra-violents, qu'il s'agissent du tueur en série, du violeur, du pédophile, du terroriste ou du criminel politique, ces distorsions cognitives déforment le rapport à la réalité de l'individu, qui soumet toute analyse de la réalité au crible de ce filtre simplificateur. On constate d'autre part que l'agresseur, qui se pose systématiquement en victime, même des personnes qu'il agresse, développe des symptômes paranoïaques de plus en plus puissants
- Il s'agit là d'un processus de dégénérescence, cognitive et paranoïaque, que l'on a observé chez tous les grands criminels: une perte progressive du contact avec la réalité, accompagnée d'une paranoïa galopante, qui envahit l'univers psychologique de l'individu. Cette dynamique de dégénérescence est bien documentée chez Hitler, chez Staline et chez Mussolini ainsi que chez le tueur en série le plus connu aux Etats-Unis, Ted Bundy.
- Arrivés à ce point se pose, en conclusion, le problème de la thérapie : que peut-on faire lorsque l'individu s'est enfermé dans une logique où il se pose en victime des personnes qu'il attaque, et accomplit ses actes de violence sans remords ?
- La réponse est un peu décevante, mais il s'agit de la seule réponse possible : qu'est-ce qu'on peut faire ? Pas grand chose. Une fois que l'individu s'est enfermé dans les modes de fonctionnement de l'autoritarisme et de la violence extrême, les possibilités d'intervention sont très faibles, puisque cela signifierait, dans une perspective thérapeutique, que l'individu,

premièrement, déstructure sa vision biaisée de la réalité, déformée par les distorsions cognitives, deuxièmement qu'il accepte la responsabilité pour les actes de violence commis, avec l'apparition de remords, massifs chez les criminels les plus violents, et, qu'en plus, dans une troisième étape, l'individu laisse réapparaître les troubles émotionnels sous-jacents, associés à la haine et à l'amour, qu'il a supprimés par ses comportements violents. Enfin, dernière étape, l'individu devrait alors se soumettre à une thérapie de ces troubles émotionnels, devenus non-violents, par les thérapies traditionnelles.

- Il s'agit là d'un parcours très long, parsemé d'embûches, et qui ne peut être efficace, en définitive, que pour les individus peu violents, en particulier chez les jeunes, chez qui les symptômes autoritaires sont encore peu marqués.
- Dans les autres cas, les plus violents, la protection de la société s'impose. Les perspectives de disparition d'un syndrome de violence extrême sont quasi nulles, d'une part parce que ces symptômes sont organisés sous forme de structure, rigide, d'autre part, parce que ces symptômes remplissent des fonctions précises dans le fonctionnement interne, émotionnel, de l'individu : ils lui permettent, grâce à la souffrance des victimes de gérer ses émotions, qui ont perdu leur rôle d'adaptation à l'environnement.

Philippe Cotter, juin 2006