

# Le Paradoxe de la Régression

Soumis par Claire Langier

Un Article précédent présentait la régression comme un mécanisme de défense du Moi visant à protéger la psyché en la décalant à un stade antérieur de développement. Le point de vue abordé postulait en ce retour en arrière, le signe d'un dysfonctionnement psychique. D'autres point de vue présentent la régression sous un aspect plus favorable. Quand reculer pour mieux sauter s'impose, la régression ne devient-elle pas progression?

Ce cours fait suite à : Mécanismes de défense du Moi : Fixation et régression la Régression est-elle-elle uniquement pathologique? D'autres points de vue pour la régression. La régression est pathologique de par les points de fixation auxquels elle est couplée, si elle se maintient de manière rigide ou prend un sens dans un contexte lui-même pathologique. Lors de la régression se présente régulièrement le même type de phénomène explicité à propos de la fixation, puisque l'on régresse souvent à un état où l'on s'est fixé antérieurement. On peut dès lors retrouver tous les aspects d'un stade donné, chez le sujet : le type d'investissement, les objets de satisfaction, les attitudes caractéristiques du stade donné ainsi que les comportements qui en résultent typiquement... le retour de régression Cependant, alors que l'on a tendance à considérer la régression (ne serait-ce que par le sens même du mot) comme le contraire de la progression, elle présente un intérêt en certain cas : déjà par le mode défensif qu'elle met en place, ensuite, par les possibilité de reprise qu'elle offre : il arrive que le développement se fasse dans une voie sans issue ou déplaisante, une régression peut alors s'opérer sans qu'elle ne soit pathologique : en termes simple, il s'agira de reculer pour mieux sauter, ou simplement prendre un chemin différent mais non moins normal. On évoque l'idée dans ce cas de "retour de régression" : le retour à un stade légèrement antérieur non plus comme sauvegarde, mais simplement comme "nouveau départ".

Or, dans le cadre freudien, il est impératif de définir un ordre précis des stades de développement - et une "normalité" sous-jacente. Il est cependant évident que de nombreuses possibilités de développement normal et cependant différentes remettent en cause l'idée d'un chemin de développement unique, tracé et seul à représenter la normalité. Suivant ce raisonnement, on peut conclure qu'une régression peut ne pas être une régression ; dans le cas où elle constitue un retour temporaire en vue d'atteindre un stade de développement non expérimenté, ce qui réconcilie ce concept avec nos visions contemporaines de la sexualité. Il n'est plus considéré comme anormal, par exemple, de se réveiller un matin à 40 ans et de se dire que l'on voudrait changer de partenaire, voire de genre de partenaire, ou revenir un peu en arrière pour retrouver une seconde jeunesse. Fixation dans l'impasse ou régression salvatrice? En biologie, la régression d'un organe, par dégénérescence ou mort cellulaire, constitue dans certains cas une phase de développement normale, les organes atrophiés laissant la place à des organes plus évolués ou simplement neuf à l'image de la peau qui brûlée par un coup de soleil, laisserait progressivement la place à une seconde peau neuve et saine. Il en va de même pour la régression au sens psychanalyste du terme : Comme le souligne Anna Freud, les tendances régressives vers des points de fixation se manifestent dans toutes les réalisations importantes de l'enfant, contribuant ainsi au progrès de ses capacités. Elle explique en outre que cette régression peut être bénéfique si elle est temporaire et réversible, car elle permet notamment à l'enfant le principe de base de feedback ou d'apprentissage par essai et par erreur qui lui donnera le développement optimal ou du moins, efficace, sans qu'il ne s'engage ou ne se laisse mener dans une impasse. Thérapie Régressive La régression peut-elle alors être mise au service du processus thérapeutique ? Elle est source de changement dans la vie de l'enfant autant que de l'adulte. C'est toutefois un phénomène inconscient, dépendant non pas de l'analyste mais du sujet. L'objectif du thérapeute ne doit donc pas être, comme beaucoup de déviances en témoignent, d'imposer une régression au sujet, mais plutôt de l'accompagner dans celle-ci lorsque le cas se présente. En font foi de nombreux cas cliniques, ce processus permet à de nombreux patients de vivre des étapes de leur développement que leur vie antérieure n'a pu leur apporter, au moment de ces étapes. Balint souligne l'importance de la régression dans le champ thérapeutique : « Cette retrouvaille de confiance et d'espoir constitue l'essentiel pour un nouveau départ vers les mouvements progressifs ».

Régression Dans d'autres courants de la psychologie, ce terme est utilisé plus librement pour désigner l'émergence de diverses formes de comportement nouveaux, notamment sous l'effet d'une émotion forte ou d'un traumatisme. Selon la proposition de K. Lewin, la modification est alors qualifiée de régression, lorsque ce comportement nouveau est certes caractéristique d'un stade de développement antérieur de l'individu, mais ne peut être considéré comme plus primitif ou moins adapté ( la régression est généralement passagère ) ; elle est qualifiée de régression lorsque le comportement nouveau, qu'il aie ou non été produit dans l'histoire antérieure de l'individu, est indice d'une organisation comportementale plus primitive et moins adaptée. La notion d'adaptation est centrale ici et rejoint les précédentes remarques concernant le retour de régression. Lorsque Régresser signifie retourner à un état plus adapté, plus ouvert aux possibilités, plus souple et cependant toujours plus générateur de satisfaction, comment ne pas voir en la régression une certaine... Progression? Source : Fixation et régression - Psychologie Clinique Psyblogs.net