

réflexion

L'anorexie mentale

Du non-travail au travail aliéné

L'auteure montre ici en quoi la psychopathologie des troubles du comportement alimentaire, et de l'anorexie mentale en particulier, correspond à un renversement de chacun des critères par lesquels le travail est classiquement défini. L'anorexie mentale correspondrait ainsi à un non-travail – même et surtout s'il y a tous les marqueurs de la réussite académique –, non-travail psychique et non-travail du soi puis, finalement, travail aliéné, c'est-à-dire impuissant à produire des objets.

Le travail, c'est l'expérience de l'échec

Dans le documentaire *J'ai très mal au travail* ⁽¹⁾, le psychiatre et psychanalyste Christophe Dejours propose une définition du travail d'après un ensemble de critères :

- l'écart entre la règle prescrite et ce qui fonctionne effectivement ;
- la résistance du réel au savoir-faire du travailleur ;
- l'absence de neutralité du travail ou, ce qui revient au même, la transformation dynamique du travailleur à travers son activité.

Un individu n'est proprement au travail que pour autant qu'une situation donnée, un problème à résoudre, mettent en échec sa compétence initiale et ne peuvent être surmontés par l'application mécanique d'une règle prescrite. Si le travail n'était que l'application protocolaire d'un ensemble d'instructions, préalablement connues ou reçues de l'extérieur, ce ne serait pas du travail, mais surtout, pense Dejours, cela ne fonctionnerait pas. Ce n'est pas seulement que l'activité serait mécanisée : elle ne serait plus opérationnelle. Le travailleur doit donc, par essence, faire du zèle, faire preuve d'une certaine ingéniosité personnelle, pour espérer épuiser les difficultés qu'il rencontre.

C'est parce qu'il est mis en échec, contrarié, frustré, renvoyé à des doutes sur ses capacités, en un mot parce qu'il éprouve la résistance du réel à ce qu'il maîtrise déjà, que le sujet est au travail. Les affects pénibles, dit Dejours, ne sont pas une conséquence dommageable et évitable du travail : ils sont le travail même. Ce sont eux qui aiguillonnent l'intelligence. Le travailleur souffre et, par conséquent, emporte le problème chez lui, se laisse habiter par une énigme, jusqu'à

ce qu'il trouve, à force de réflexions et d'expérimentations, une solution, une « ficelle ». Sans la souffrance psychique, sans la frustration, sans l'irréductibilité des problèmes que pose le travail aux solutions déjà trouvées, l'intelligence ne serait pas stimulée.

Difficulté pour le sujet anorexique de faire l'expérience de l'échec ou de la frustration

Ces premiers développements mettent en évidence une caractéristique centrale du travail : pour pouvoir travailler, il faut avoir, en soi, une certaine endurance à l'échec et à la frustration. Le travailleur est celui qui ne se décourage pas immédiatement et persévère dans sa recherche, sans savoir au demeurant si ses efforts paieront ou non, sans certitude quant à l'issue de la situation. C'est aussi parce qu'un tel sujet veut se départir de ses affects pénibles que son intelligence est maximale stimulée, et ses chances de réussite augmentées. Il y a donc un équilibre, chez le sujet qui travaille, entre seuil de tolérance suffisamment élevé à la négativité – frustration, colère, doute de soi –, et désir substantiel de la dépasser : ces deux dispositions vont de pair et se soutiennent mutuellement.

Travailler, c'est, si l'on suit Dejours, persévérer dans des tentatives qui ne porteront peut-être leurs fruits que longtemps après, ou n'apporteront que des solutions provisoires et imparfaites, appelant de nouveaux efforts... Il y a donc, irréductiblement, un facteur

temps, une temporalisation du processus du travail à laquelle le sujet ne peut jamais se soustraire et dont il ne peut entièrement prédire les effets. Tous ces critères font l'intérêt du travail, son aspect vivant et son rôle dans l'actualisation des facultés humaines. C'est ce à quoi je reviendrai par la suite en développant le troisième critère mentionné plus haut.

Je voudrais m'attarder pour l'instant sur l'incompatibilité manifeste du travail, ainsi défini, avec de nombreux traits psychopathologiques, en particulier ceux qui sont à l'œuvre dans l'anorexie mentale. Les travaux de la psychiatre Hilde Bruch ont mis en évidence un trait psychologique déterminant des sujets anorexiques, sur lequel j'ai déjà été amenée à faire des développements⁽²⁾ : le « sentiment sous-jacent d'inefficacité⁽³⁾ ». Quoique les personnes anorexiques, de jeunes femmes pour l'immense majorité, renvoient une impression de force, de maîtrise et de vigueur, celle-ci est toujours inversement proportionnelle à la peur interne de n'être ni capable de réussir, ni efficace dans ses actions, ni autonome. La conviction profonde qui mine les sujets anorexiques est celle que leurs efforts seront vains et que, en un sens, comme il en va souvent des personnages de Kafka, certaines (mystérieuses) qualités leur font défaut de telle sorte qu'ils ne peuvent accéder pleinement à l'existence de sujet⁽⁴⁾. À ce titre, la discipline acharnée des restrictions alimentaires, la pratique du jeûne, le sport excessif, le désir d'une vie intellectuelle ou spirituelle synonyme d'une infériorisation et d'un écrasement des affects et des besoins – associés à une faiblesse et une dépendance honteuses –, apparaissent comme autant de processus de masquage par rapport à la peur paralysante de « ne pas y arriver ». Différents traits sont au cœur de l'anorexie mentale, comme une disposition à l'ascétisme, une anhédonie, un perfectionnisme, une alexithymie, etc. Mais ces traits pourraient nous induire de manière trompeuse à croire que les sujets anorexiques seraient, et peut-être même plus intensément que les autres, au travail... Or c'est, bien paradoxalement, l'inverse qui se produit. Au-delà de l'anxiété de performance, du perfectionnisme, de la capacité des jeunes femmes anorexiques à être compétitives, et de leurs résultats scolaires ou parascolaires généralement élevés, le plus déterminant à long terme demeure la peur de l'échec, et ce que j'appellerai une difficulté de temporalisation à la suite des travaux de Binswanger sur les altérations de la perception du temps et de l'espace dans la psychopathologie⁽⁵⁾. Ce sont ces deux aspects qui président au développement de la pathologie, et qui en expliquent le maintien et le durcissement dans le temps. Ces mêmes aspects génèrent ce que je considère être tout à la fois un évitement du travail⁽⁶⁾ et une forme de travail aliéné.

Peur de ne pas savoir et absence de temporalisation

Les sujets anorexiques souffrent d'un sentiment profond et tenace de ne pas savoir qui ils sont, qui ils veulent être (comme s'ils devaient se choisir une fois pour toutes), ni s'ils parviendront à être quelqu'un (peur d'une incapacité à s'individualiser). L'anxiété d'une indétermination du soi est largement liée à l'alexithymie (la difficulté à identifier

ses émotions), elle-même interprétable comme la conséquence d'une construction précoce en faux *self*⁽⁷⁾.

Dans la pensée de D.W. Winnicott, les existences en faux *self* renvoient à des structures psychiques suradaptées à des environnements défaillants, et qui se manifestent par la dissimulation (pour le préserver) du *self* spontané, une hypertrophie de la fonction intellectuelle, et une rupture de l'équilibre psyché-soma (d'où une tendance à la dissociation, la déréalisation et la dépersonnalisation). Le faux *self* n'est pas intrinsèquement pathologique : il le devient quand il rend le vrai *self* illisible et inaccessible au sujet lui-même, au lieu d'assurer sa fonction normale de surmoi et d'aptitude à faire des compromis. Les traits principaux d'une personnalité en faux *self* sont la soumission (docilité) et l'absence de spontanéité. Deux traits dominants chez les sujets anorexiques, quoique l'anorexie mentale soit tout entière une révolte contre eux.

Parce que les sujets anorexiques sont privés – déprivés – d'un mode d'être authentique, c'est-à-dire tout à la fois d'une qualité de spontanéité du *self* et d'un sentiment de continuité d'être, et parce que le fait de réussir à s'individualiser, s'autonomiser, devient logiquement pour eux un enjeu narcissique vital, ils éprouvent une urgence à s'engager dans une activité qui, à coup sûr, leur apportera des résultats. C'est cette urgence qui rend réellement possible la bascule dans la psychopathologie, parce qu'elle sape à la racine la possibilité, pour le sujet anorexique :

- de se laisser la liberté de ne pas savoir (l'anorexique doit se définir ici et maintenant comme une totalité finie) ;
- de travailler réellement (l'anorexique ne peut pas travailler au sens réel du terme – celui de Marx, celui de Dejours – car les résultats doivent être certains, et quasi immédiats) ;

NOTES

(1) Documentaire français réalisé par Jean-Michel Carré, sorti en 2007.

(2) Voir par exemple récemment M. Merand-Goldminc, « Organiser le vide pour ne pas l'éprouver ? », *Gestions hospitalières*, n° 638, août/septembre 2024.

(3) H. Bruch, *L'Énigme de l'anorexie [The golden cage. The enigma of anorexia nervosa]*, trad. Anne Rivière, coll. Perspectives critiques, PUF, 1979, p. 9.

(4) On peut tenter une genèse de ce trait psychologique par des expériences précoces de dépossession de soi, ou le manque d'espace psychique pour se construire : « L'enfant, puis l'adolescent, n'a pu se nourrir (digérer et assimiler) et s'épaissir de sa propre histoire familiale (c'est-à-dire en définitive s'identifier) : que celle-ci ait été vide ou stéréotypée, qu'il en ait été écarté faute d'avoir été investi, qu'un traumatisme l'en ait exclu ou plus insidieusement qu'il ait été soumis à elle, accaparé et parasité par une problématique parentale, menaçante pour son autonomie », in M. Corcos, M.-E. Dupont, « Approche psychanalytique de l'anorexie mentale », *Nutrition clinique et métabolisme*, 2007, n°21, 190-200, p. 191.

(5) Voir par exemple L. Binswanger, *Mélancolie et manie [Melancholie und Manie]*, trad. J.-M. Azorin et Y. Totoyan, coll. Psychiatrie ouverte, PUF, Paris, 1987.

(6) Voir à nouveau M. Merand-Goldminc, « Organiser le vide pour ne pas l'éprouver ? », art. cit., pour un développement plus poussé sur la superficialité du travail scolaire en lien direct avec l'impossibilité de faire l'expérience du vide.

(7) Voir par exemple D.W. Winnicott, *La Capacité d'être seul*, Payot, 1989.

- de se définir dans et par l'activité du travail, et non en amont de celle-ci (l'anorexique est privé de l'identité dynamique qui est celle du travailleur, privé du travail compris comme production mais aussi autoproduction, avènement et accroissement de soi-même).

Dans ces trois contraintes, ces trois dimensions dont le sujet anorexique est séparé, il en va toujours indissociablement d'une absence d'inscription dans le temps. Le temps anorexique est une temporalité suspendue, où les actions doivent produire des effets simultanés, sans interférence avec des facteurs exogènes, sans délais. La dé-temporalisation se traduit fréquemment par l'idée – relevant d'une forme de pensée magique – que la « véritable » existence commencera (s'écoulera dans le temps) lorsque tel poids aura été atteint.

Les efforts anorexiques : un non-travail (psychique)

Les efforts anorexiques fonctionnent systématiquement comme des critères opposés à ceux que Dejours mobilisait pour définir le réel du travail. Reprenons-les.

- **L'écart entre la règle prescrite et ce qui fonctionne effectivement** : dans l'anorexie mentale, au contraire, il ne doit y avoir aucun écart par rapport à la règle prescrite. Au lieu d'une inventivité personnelle stimulée, il y a une rigidité et une démultiplication des règles au regard desquelles tout écart est condamné.

- **La résistance du réel au savoir-faire du travailleur** : dans l'anorexie mentale, au contraire, les techniques restrictives, vomitives, etc., sont valorisées et

choisies pour cela même qu'elles entraînent mécaniquement une perte de poids, sans que le corps leur résiste (au moins dans un premier temps), et sans que les effets en soient imprévisibles.

- **L'absence de neutralité du travail**, ou, ce qui revient au même, la transformation dynamique du travailleur à travers son activité : dans l'anorexie mentale, au contraire, les techniques d'amaigrissement sont employées pour faire se conformer de force le corps et – par contagion symbolique – le soi à une définition prédéterminée, sorte d'idéal du moi qui fonctionne comme une idée fixe. Le sujet anorexique ne se laisse pas devenir autre à travers son travail : il tente de se figer définitivement dans une identité immuable dont les os (à la différence de la chair malléable) sont les meilleurs alliés. Le dernier critère correspond à l'aspect que Christophe Dejours emprunte le plus profondément à la conceptualisation marxienne du travail, par exemple celle des *Manuscrits de 1844*. Dejours l'évoque en termes d'absence de neutralité du travail : cela signifie rigoureusement que le travail transforme le travailleur. Le travail n'est pas uniquement une activité de production d'un objet extérieur qui passe par la transformation d'une matière donnée : il est aussi l'activité par laquelle l'individu s'autoproduit, advient lui-même à l'existence. Dejours parle d'un « accroissement des registres de la sensibilité⁽⁸⁾ », d'un perfectionnement et d'une actualisation des facultés personnelles. Ainsi, par exemple, la sensibilité d'un psychiatre aux malades, par leur fréquentation, devient-elle plus aiguë et plus intuitive. Ainsi chaque travailleur, dans son corps de spécialisation, développe-t-il une acuité de perception qui est en même temps l'agrandissement de tout son être et de son rapport au monde. Le travailleur n'a pas une identité finie qui préexiste à son travail : il devient en travaillant.

Pour le sujet anorexique, ce devenir, cette inscription dynamique et changeante de l'identité dans le temps sont anxieuses. Tout se passe comme s'il fallait se débarrasser au plus vite de la tâche écrasante d'être soi : « J'étais incroyablement fatiguée de moi-même. Je voulais accomplir cette chose grandiose qu'on attendait de moi, quelle qu'elle soit, [...] et en être quitte. Pouvoir dormir.⁽⁹⁾ » La conséquence en est que le sujet anorexique recherche, dans la maigreur, une égalité à soi, une immuabilité du soi. La maigreur doit non seulement être atteinte mais perpétuellement maintenue : elle est garante de la solidité et de la persévérance du *self* dans le temps, conçu comme donnée fixe.

Du non-travail (Dejours) au travail aliéné (Marx)

C'est à la lumière de ces derniers développements que l'anorexie mentale peut être décrite comme une forme de travail radicalement aliénée, au sens classiquement marxien. Car le travail, tel que le définit Marx, est, par essence, une activité productrice d'objets. La finalité naturelle du travail, c'est de produire un objet qui ait une certaine valeur d'expressivité, qui soit un objet propre – au double sens où il appartient au travailleur et exprime quelque chose de lui. L'objet produit par le travailleur est la mise en forme extérieure, dans le monde

objectif partagé par les autres, de parties initialement internes et autrement incommunicables du soi. C'est la raison pour laquelle le travail devient, par l'interposition des objets qu'il produit, l'occasion d'une reconnaissance entre deux sujets. Le travailleur se fait connaître et reconnaître par ses objets. Quel est alors le travail aliéné ? Pas seulement celui qui est mécanisé. Mais, plus fondamentalement, celui qui n'est plus producteur d'objets. C'est le travailleur dépossédé des objets qu'il contribue à produire – en occupant seulement une petite place dans la chaîne de production – qui est aliéné. Dépossédé au sens de la non-propriété, et de l'extériorité de l'objet produit au soi. N'est-ce pas par excellence le cas du sujet anorexique ? Que produisent en effet ses comportements, à part leur infinie répétition à l'identique ? Que produisent, sinon une maigreur qui n'est jamais durablement acquise, qui n'est jamais posée à l'extérieur de soi comme un objet ou une œuvre, les comportements restrictifs, les pratiques de jeûne ? Les techniques anorexiques échouent à produire, à l'extérieur d'elles-mêmes, une quelconque objectalité, elles sont purement autotéliques, elles finissent par être à elles-mêmes leur propre fin.

C'est d'ailleurs lorsque les sujets anorexiques s'aperçoivent entièrement de cette vanité de leurs efforts – pourtant extraordinaires et presque surhumains – qu'ils sont en passe d'être guéris, du moins sérieusement engagés dans un processus de rémission : « Je pense que si j'avais le sentiment d'avoir accompli quelque chose, je m'aimerais mieux. Je vois bien que s'accrocher à la minceur n'a pas de sens. Où cela m'a-t-il menée ? [...] Maintenant, je veux être stimulée et m'intéresser à quelque chose.⁽¹⁰⁾ »

On retrouve l'idée de l'intelligence « stimulée » par les affects douloureux que le travail met en œuvre... Car, en effet, la psychopathologie de l'anorexie mentale peut entièrement être décrite comme un contournement desdits affects douloureux, mais aussi, fatalement, de la dimension de stimulation qu'ils portent et qu'ils sont seuls à porter.

L'analyse de Marx permet d'identifier une dernière expérience dont le sujet anorexique est d'autant plus privé qu'il ne parvient jamais à produire un objet : le repos, la passivité. Le sujet anorexique est « [...] un sujet coupé ou séparé de l'objectivité, c'est-à-dire un sujet qui peut d'autant mieux se concevoir comme purement actif que ses objets lui ont été soustraits – c'est-à-dire que la part inactive, inerte et passive de son être lui a été soustraite⁽¹¹⁾ ».

L'objet, une fois produit, est l'occasion pour le travailleur d'être passif... Le fait que les pratiques alimentaires anorexiques ne soient pas finalisées ni bornées par des objets extérieurs les rend nécessairement permanentes. Les sujets anorexiques, de la même manière qu'ils ne projettent pas la construction de leur identité dans le temps, ni ne peuvent véritablement avoir confiance dans les effets que produit le temps (au contraire, la patience et l'endurance du chercheur et du travailleur supposent une telle confiance), sont également privés de tout repos. La position anorexique est structurellement hyperactive.

On peut alors envisager le basculement, très fréquent, de l'anorexie purement restrictive dans la boulimie vomitive

à partir de ce qu'on a élaboré. L'état léthargique suivant les crises et les vomissements compulsifs n'est-il pas l'approximation pathologique d'une passivité qui ne peut jamais être éprouvée autrement ? Quoique cette passivité s'éprouve sous la forme d'un évanouissement et d'une dissolution morbide des processus émotionnels et de pensée dans leur somatisation aveugle, n'est-elle pas ce qui vient naturellement compenser une hyperactivité ayant conduit à l'épuisement ? On peut alors interpréter la compulsions boulimique comme ce que produisent, à leur dernière extrémité, le non-travail psychique et la tentative anorexique d'autoproduction aliénée. À cet égard, la rémission est et doit être l'expérience vécue de ce qui ne peut se produire que dans le temps long. ●

NOTES

(8) Documentaire *J'ai très mal au travail*, déjà cité.

(9) M. Hornbacher, *Wasted. A Memoir of Anorexia and Bulimia*, New York, Flamingo, 1998, p. 135 (notre traduction).

(10) H. Bruch, *L'Énigme de l'anorexie*, op. cit., p. 121.

(11) F. Fischbach, « Présentation : la théorie de l'aliénation », introduction aux *Manuscrits économique-philosophiques de 1844*, op. cit., p. 28.

ZOOM

La Chaire de Philosophie à l'hôpital

Dirigée par la philosophe et psychanalyste Cynthia Fleury, cette chaire hospitalo-académique est liée au Conservatoire national des arts et métiers (Cnam) et au GHU Paris Psychiatrie & Neurosciences. À travers un dispositif recherche et enseignement, de formation et diplomation, d'expérimentation et déploiement, cette chaire aspire à inventer la fonction soignante en partage et l'alliance efficiente des humanités et de la santé. Ses thématiques

de recherche s'articulent autour de cinq pôles : Philosophie clinique et savoirs expérientiels/Santé connectée et intelligence artificielle/Design capacitaire/Résilience et clinique du développement/Nature et patrimoine en santé. La chaire abrite par ailleurs un espace doctoral composé de douze doctorants.

Les prochains articles porteront, entre autres sujets, sur la mise en place d'un dispositif d'analyse des pratiques pour les patients intervenant dans les services de soins hospitaliers, l'art et le soin, les substances psychoactives dans le cancer, les représentations de l'hôpital mobilisées dans les entretiens et ateliers réalisés par l'écrivain Eduardo Berti... www.chaire-philos.fr

