

Le sens de la culpabilité / Souhaila Rizk-Salloum.
— Extrait de : Annales de philosophie et des
sciences humaines. — N° 3 (1989), pp. 149-155.

Notes au bas des pages.

I. Culpabilité et culture.

PER L1044 / FP257818P

LE SENS DE LA CULPABILITE

Approche psychologique et modalités de gestion

Souhaila RIZK - SALLOUM

A la base de la culture et de la civilisation, la culpabilité caractérise la condition humaine et constitue un problème fondamental qui se pose à l'homme et oriente sa vie.

La culpabilité est un sentiment de peur ou d'angoisse provenant de la transgression d'une loi externe (parents, société, religion) ou interne (sur-moi qui intériorise les interdictions externes).

Dans le premier cas, on peut parler d'une culpabilité consciente en rapport avec une faute déterminée, et reliée à l'attente d'un châtement lui-même déterminable. Elle est alors «angoisse morale»¹.

Dans le second cas, c'est un sentiment inconscient, c'est-à-dire sentiment sans relation avec un acte précis dont le sujet s'accuserait, mais qui le pousse parfois à accomplir un acte réel comme s'il éprouvait «un soulagement de pouvoir rattacher ce sentiment inconscient de culpabilité à quelque chose de réel et d'actuel»².

Ce sentiment inconscient est plus archaïque que le premier et c'est sur lui que se tisse le sentiment de culpabilité conscient.

Pourquoi cette peur? Quelles en sont les causes? Les sentiments qui l'accompagnent? La culpabilité est-elle mauvaise? Quelles sont les situations qui la favorisent et comment gérer notre culpabilité?

1 – LES CAUSES DE LA CULPABILITÉ

D'après Anna Freud, le sentiment de culpabilité correspond à la tension entre les systèmes intrapsychiques. Il est engendré par les conflits entre le moi et

(1) GOLDBERG, Jacques: *La Culpabilité, Axiome de la Psychanalyse*. P.U.F. (Paris) 1985, p. 53.

(2) FREUD, Sigmund: *Gesammelte Werke*, XIII, IMAGO (London) 1940-1952, p. 82.

le surmoi. La raison est la satisfaction des pulsions et des désirs³.

Ce conflit s'exprime par une forme d'angoisse particulière: la peur du sur-moi, c'est-à-dire le sentiment de culpabilité. La nature réelle des désirs en jeu est surtout agressive: destruction de l'objet d'amour.

Pour Mélanie Klein⁴, ces tendances agressives (qui visent parents, frères, sœurs) font surtout naître l'angoisse devant la possibilité d'une vengeance de ces objets. Ces tendances deviennent à la suite la base du sentiment de culpabilité et du désir de réparer les dommages imaginaires.

La culpabilité nous paraît être une angoisse particulière ressentie en raison du conflit entre l'amour et la haine (désir de destruction de l'objet aimé). Ce conflit appartient au développement normal et sous-tend la possibilité de le tolérer de le dominer ainsi que l'ambivalence qui en découle⁵.

2 – LES SENTIMENTS QUI ACCOMPAGNENT LA CULPABILITÉ

La culpabilité consciente ou inconsciente est accompagnée de sentiments dont certains sont négatifs et d'autres positifs.

• *Sentiments négatifs*

- La persécution: peur d'être attaqué.
- La mélancolie: peur de perdre l'objet d'amour (M. Klein).
- Le remords, l'auto-accusation ou auto-reproche (comme dans la névrose obsessionnelle). La tendance à l'auto-punition allant même jusqu'au besoin de punition, pouvant aboutir au suicide (Laplanche et Pontalis)⁶.
- La honte, l'infériorité, l'humilité (Goldberg)⁷.

Remarquons qu'il y a une réciprocité ou une équivalence entre ces divers sentiments (logique de l'inconscient) d'après le modèle suivant:

«On me châtie, je suis coupable; et je suis coupable, on me châtie», deux propositions équivalentes pour l'inconscient.⁸

Tout abandon de la part de l'objet aimé crée des sentiments de culpabilité, tel le cas par exemple des enfants du divorce qui se considèrent responsables et coupables⁹.

(3) FREUD, Anna: *Le Normal et le Pathologique chez l'Enfant*. Gallimard (Paris) 1968, pp. 105-106.

(4) KLEIN, Mélanie: *Essais de Psychanalyse*. Payot (Paris) 1968, pp. 307-308-309.

(5) WINNICOTT, Donald W: *De la Pédiatrie à la Psychanalyse*. Payot (Paris) 1969, pp. 216-217.

(6) LA PLANCHE et PONTALIS: *Vocabulaire de la Psychanalyse*. P.U.F. (Paris) 8^e édition 1984, p.440.

(7) GOLDBERG, J.: op. cit. pp. 12-14.

(8) GOLDBERG, J.: Ibid., p. 196.

(9) GRATIOT-ALPHANDERY, H. et ZAZZO, R.: *Traité de Psychologie de l'Enfant*. (Tome IV) P.U.F. (Paris) 1970. p. 112.

Le fait de reconnaître ce fonctionnement nous donne la possibilité d'agir sur la culpabilité ou de la diminuer: ne pas inférioriser, augmenter la confiance, ne pas punir, ne pas retirer l'amour de l'enfant etc.

• *Sentiments positifs*

Le sentiment de culpabilité est accompagné du désir de réparer le dommage: facteur important dans le développement des sublimations des tendances constructives et l'amour des autres¹⁰.

Pour Mélanie Klein¹¹, «le sentiment de culpabilité engendre le besoin de réparer»; ainsi «lorsque la sévérité excessive du sur-moi se réduit un peu, les reproches que celui-ci fait au moi au sujet de ses attaques imaginaires font naître des sentiments de culpabilité qui entraînent de fortes tendances à réparer les dommages imaginaires que l'enfant fait subir à ses objets. Ces fantasmes destructeurs contribuent à orienter le développement des sublimations qui servent les tendances réparatrices. Cela engendre le désir d'aider les hommes». Donc d'après l'auteur, le sentiment de culpabilité et le désir de réparer l'objet endommagé sont les facteurs universels et fondamentaux du développement des sublimations. Ce besoin de réparer est à la base des tendances constructives chez l'homme. «Plus la tendance et l'aptitude à réparer grandissent et plus la confiance dans l'entourage augmente, plus le sur-moi s'adoucit et vice versa». ¹²

Cet aspect réparateur du sentiment de culpabilité est à la base de la culture, de la civilisation et du progrès de la technologie selon Gérard Mendel¹³.

3 – LA CULPABILITÉ EST-ELLE MAUVAISE?

Dans sa *forme normale*, le sentiment de culpabilité est le signe d'un développement normal et prouve l'existence du sens moral. D'après Anna Freud¹⁴, «le sentiment de culpabilité et les conflits internes, avec la détresse qui en résulte, constituent les signes indispensables d'un développement progressif normal. S'ils manquent, nous devons craindre de sérieux retards dans les processus d'identification, d'intériorisation et d'introjection, c'est-à-dire dans l'organisation de la personnalité».

Le déclin de la culpabilité serait le déclin des valeurs religieuses et éthiques. (Goldberg)¹⁵.

(10) KLEIN, M.: op. cit. p. 306.

(11) KLEIN, M.: Ibid. p. 414.

(12) KLEIN, M.: Ibid. pp. 303 et 309.

(13) MENDEL, Gérard: *La Révolte contre le Père*. P.B.P. (Paris) 1974. (4^e édition).

(14) FREUD, Anna.: op. cit. p. 97.

(15) GOLDBERG, J.: op. cit. p. 16.

L'absence de toute culpabilité est, elle aussi, pathologique. Pour Winnicott¹⁶, le défaut du sens moral revient à une incapacité à se sentir coupable ou même à sentir le remords. Certains crimes, les plus horribles, sont commis dans une tentative désespérée du criminel pour sentir la culpabilité.

Il serait donc inquiétant si nous observons des enfants ou des adultes qui n'éprouvent pas de sentiments de culpabilité (types pulsionnels-narcissiques: incapables d'aimer, de savoir renoncer, d'assumer des responsabilités, d'avoir des sentiments moraux)¹⁷.

Quant à la *forme pathologique* du sentiment de culpabilité, elle est due à un sur-moi tyrannique. D'après Klein, «c'est l'excessive sévérité et la cruauté écrasante du sur-moi, non sa faiblesse et son absence, comme on le pense en général, qui expliquent la conduite des personnes asociales et des criminels»¹⁸.

La peur du sur-moi, qui n'est autre que le sentiment de culpabilité, si elle est excessive, peut être aussi à la base des psychoses: «Si la peur que le sur-moi inspire, dépasse, pour des raisons extérieures ou intrapsychiques, certaines limites, le sujet peut se trouver contraint à détruire les gens, et cette contrainte peut constituer la base soit d'une conduite de type criminel, soit d'une psychose».¹⁹

Donc pour agir sur la culpabilité, il faut adoucir le sur-moi. Lorsque le sur-moi est adouci et sa sévérité réduite, cela fait naître un sentiment de culpabilité avec de fortes tendances à réparer (les dommages): désir d'aider, développement des sublimations. Ces tendances constructives et réparatrices à leur tour font adoucir le sur-moi (logique de l'inconscient).

4 – LES SITUATIONS QUI FAVORISENT LA CULPABILITÉ

Certaines périodes de la vie de l'enfant ainsi que certaines situations sociales favorisent ou accentuent la culpabilité.

On peut distinguer une *culpabilité prégénitale*. C'est «la culpabilité à son point d'origine»²⁰, située durant la première année de la vie de l'enfant et surtout durant la «position dépressive»²¹. Elle est l'effet des pulsions agressives sadiques orales. Sa source est dans le sur-moi archaïque. C'est une culpabilité primitive, archaïque.

Il existe également une *culpabilité génitale* qui s'accroît durant les situations oedipiennes. Le désir de la mère pour le garçon et celui d'évincer le père

(16) WINNICOTT, D.: op. cit. p. 226.

(17) ZULLIGER, Hans.: *La Formation de la Conscience Morale chez l'Enfant*. Salvator (Mulhouse) 1971. pp. 15-16.

(18) KLEIN, M.: op. cit. p. 299.

(19) KLEIN, M.: Ibid., p. 309.

(20) WINNICOTT, D.: op. cit. pp. 321 et sq.

(21) KLEIN, M.: op. cit. pp. 331 et sq.

entraînent chez lui la crainte que le père ne détruise le potentiel instinctif de l'enfant (complexe de castration). En même temps coexistent amour et haine (identification au père: idéal du moi, amour et admiration). Ce conflit entre l'amour et la haine (ambivalence) engendre chez l'enfant un sentiment de culpabilité. Cette culpabilité génitale est normale dans la mesure où l'ambivalence est supportée et le conflit dominé²².

Au début de l'adolescence, nous assistons à un regain de la culpabilité dû d'une part à la réactivation du complexe d'Oedipe et au désir de révolte contre les parents en vue de couper le lien œdipien et d'acquérir l'autonomie; et d'autre part au développement sexuel: les transformations physiologiques peuvent troubler l'adolescent et susciter sa culpabilité s'il n'a pas été bien préparé, surtout quand celui-ci se heurte à certains problèmes, particulièrement, la masturbation.

Dans certaines situations sociales, on peut parler d'une culpabilité au niveau de la collectivité (culpabilité collective). Les persécutions surtout répétées au cours de l'histoire (cas du Liban) peuvent créer dans «l'âme collective» (Freud) ou dans «l'inconscient collectif» (Jung), des sentiments de culpabilité, suivant la logique suivante: «On me persécute, je suis coupable; je suis coupable on me persécute».

De même les *frustrations économiques* engendreraient aussi la culpabilité: (cas des jeunes adolescents libanais fortement angoissés et culpabilisés et vivant les deux situations à la fois: menaces de dangers extérieurs concernant leur propre vie, leur avenir et leur identité, et frustrations économiques de plus en plus aiguës - d'après les résultats de nos deux enquêtes menées en 1980 et 1985)²³.

5 – COMMENT GÉRER LA CULPABILITÉ?

La culpabilité étant engendrée par les conflits entre le moi et le sur-moi, il faudrait condamner toutes les mesures éducatives susceptibles de produire un sur-moi sévère et favoriser l'aspect positif de réparation qui accompagne le sentiment de culpabilité.

Nous envisagerons cette action principalement au niveau de l'éducation et particulièrement au niveau de l'éducation de la foi.

a – Au niveau de l'éducation

- Transformer le sur-moi sévère et punitif en idéal du moi: objet d'admiration et d'amour.

(22) GOLDBERG, J.: op. cit. pp. 41-42.

(23) RIZK-SALLOUM, Souhaïla: *Valeur et Fonction du Groupe Politique à l'Adolescence*. Thèse pour le doctorat en psychologie. U.S.J., F.L.S.H. 1984.

- Transformer la punition, la haine et la vengeance en amour. C'est la véritable morale consentie, fondée non sur la peur d'être puni, mais sur l'amour du bien et des valeurs et dont la réalisation inspire la joie et non la contrainte, et épanouit le moi.

Dans ce cas, la pédagogie à envisager serait:

- *Une pédagogie compréhensive et non punitive*: Remplacer autant que possible les punitions par l'encouragement.
- *Une pédagogie de la réussite et non de l'échec*: Donner à chaque enfant l'occasion de réussir, de créer (encourager les sublimations et augmenter la confiance en soi).
- *Une pédagogie personnalisante et non anonyme*: Etablir un contact direct avec l'enfant, ouverture au jeune. L'anonymat augmentant la culpabilité, nécessité de l'ouverture aux autres, à la communication.
- *Une pédagogie réaliste*: Développer le sens de la réalité chez l'enfant et l'adolescent. L'adaptation à la réalité permet à l'enfant de se rendre compte que ses peurs et sa culpabilité sont exagérées, qu'il n'est pas fautif, que ses parents et ses maîtres ne sont pas des juges ou des persécuteurs, que les autres ne désirent pas le punir. Tout cela le décharge des sentiments de culpabilité et d'auto-accusation.
- *Une pédagogie équilibrante et non angoissante*: Eviter le cumul de connaissances qui angoisse. Favoriser les activités d'expression de soi (musique, peinture, jeu de rôle ...). Intégrer les jeunes à des activités de groupe: le groupe résorbe l'angoisse et dilue le sentiment de culpabilité (Hélène Deutsch²⁴ a étudié particulièrement la fonction sécurisante du groupe).

b – Au niveau de l'éducation de la foi

Freud, dans *L'Avenir d'une Illusion*²⁵, avait déjà constaté qu'avec l'affaiblissement des croyances religieuses il y a augmentation des névroses. Or la religion, à notre sens, n'est pas un refuge illusoire. La religion chrétienne se présente comme étant essentiellement la *Religion de l'Espérance*. Il importe donc dans l'éducation de la foi, d'entretenir ou d'allumer cette espérance et non de culpabiliser, de déprimer ou de punir.

(24) DEUTSCH, Hélène: *Problèmes de l'Adolescence*. P.B.P. (Paris) 1974.

(25) FREUD, Sigmund.: *L'Avenir d'une Illusion*. P.U.F. (Paris). 1973.

Nous nous devons de transformer l'image que nous avons d'un Dieu vengeur en une image qui révèle le Dieu amour.

Au niveau des enfants, il nous faut insister sur la vie de Jésus, surtout ce qui révèle l'amour, le pardon, la filiation à Dieu (notre père...). Cela «personnalise» la relation au Christ, à Dieu...

Un enseignement religieux qui insiste sur le péché, sur les souffrances de l'enfer (l'enfant fantasmatisé ces souffrances, les flammes...), peut alimenter la culpabilité, mener parfois à la dépression ou au sentiment de persécution (psychose): cas d'une adolescente qui n'arrivait pas à dormir le soir angoissée qu'elle était par l'idée du péché impardonnable «contre le Saint-Esprit»; (transposition du sentiment de culpabilité du plan sexuel au plan religieux, encouragée par l'enseignement reçu).

En somme, le sens de la responsabilité n'est pas identique chez tous. L'éducation doit contribuer à son bon *épanouissement*, *prévenir son absence et adoucir ses excès*.