

Psychologie scientifique

Les interprétations des rêves sont-elles valides et utiles ?

Jacques Van Rillaer

Jacques Van Rillaer est professeur émérite de psychologie à l'Université de Louvain.

Une version plus longue de ce texte est disponible sur notre site Internet.



Depuis l'Antiquité, les rêves ont suscité un vif intérêt pour prédire l'avenir, mais aussi pour se comprendre et guérir. L'ouvrage le plus célèbre date du II^e siècle : *La Clé des Songes* d'Artémidore. Il donne le sens caché de représentations conçues comme des symboles (« *Le membre viril est assimilé aux parents, car il retient le principe générateur ; au profit et au gain, parce qu'il est tantôt en tension tantôt relâché, et qu'il peut fournir et sécréter* ») ou comme des jeux de mots (« *Avoir commerce sexuel avec les prostituées établies aux bordels est bon pour toute espèce d'entreprise : car certains nomment ces femmes des "travailleuses"* ») [1].

Dans la deuxième moitié du XIX^e siècle, des romantiques, des scientifiques et des médecins s'intéressant à l'hypnose ont beaucoup publié sur le rêve. Parmi les multiples théories, celle de Freud est aujourd'hui la plus populaire. Son originalité se résume aux idées suivantes : « *Le rêve est l'accomplissement (camouflé) d'un souhait refoulé* » [2] ; « *Notre doctrine ne repose pas sur la prise en compte du contenu de rêve manifeste, mais se réfère au contenu de pensée qui est reconnu derrière le rêve par le travail d'interprétation* » ; « *Même des rêves pénibles ou des rêves d'angoisse se révèlent être, après interprétation, des accomplissements de souhait* » [3] ; « *La plupart des rêves des adultes sont ramenés par l'analyse à des souhaits érotiques* » ; « *Les souhaits sexuels infantiles refoulés fournissent les forces de pulsion les plus fréquentes et les plus puissantes concourant à la formation des rêves* » [4] ; Pour découvrir le sens caché, il faut, à partir des différents éléments du rêve, laisser surgir des idées librement (« *méthode des associations libres* ») ; Ensuite, l'analyste peut interpréter : « *Nous intervenons là de notre propre chef, complétant les indices, tirant des conclusions impossibles à écarter, formulant ce que le patient n'a fait qu'effleurer dans ses associations* » [5].

L'interprétation freudienne par associations d'idées

Freud, qui cherche toujours à convaincre par des comparaisons, écrit : « *La tâche de l'analyste est comparable à la solution d'un de ces jeux d'enfants appelés "puzzles". [...] Si on réussit à ordonner le tas désordonné de plaquettes de bois, dont chacune porte un morceau incompréhensible de dessin,*



de telle sorte que le dessin devienne sensé, qu'il ne reste nulle part une lacune entre les emboîtements et que l'ensemble emplisse tout le cadre, si toutes ces conditions sont remplies, on sait alors qu'on a trouvé la solution du puzzle et qu'il n'y en a pas d'autre » [5].

Lorsqu'on a trouvé le « contenu latent », peut-on en imaginer d'autres à

partir des mêmes éléments du rêve ? C'est la question à partir de laquelle Freud se disputera avec bon nombre de disciples, Adler, Stekel, Jung, Silberer, Reich, Rank, Ferenczi. À partir d'un rêve, d'un acte manqué ou d'un symptôme, tous les mots, concepts et images dont nous disposons peuvent s'associer, par le sens ou par le son, de façon directe ou indirecte, pour arriver, selon des chaînes d'associations plus ou moins longues, à ce qu'on estime la cause ultime du phénomène. Cette extrême facilité d'associer permet à chacun de se convaincre de la vérité de sa grille de décodage.

L'interprétation freudienne par symboles et jeux de mots

Les associations libres aboutissant inmanquablement à la même « solution du puzzle » (sexualité, Œdipe), Freud fera de plus en plus d'interprétations à l'emporte-pièce. Exemple : « *Il y a quelque temps, il fut porté à ma connaissance qu'un psychologue, qui se situe assez loin de nous, s'est adressé à l'un de nous en faisant remarquer que nous surestimions tout de même la signification sexuelle secrète des rêves. Son rêve le plus fréquent était de monter un escalier et selon lui il n'y avait tout de même rien de sexuel là derrière. Rendus attentifs par cette objection, nous avons prêté attention à l'occurrence, dans le rêve, des marches, escaliers, échelles et nous pûmes bientôt constater que l'escalier (et ce qui lui est analogue) constitue un symbole certain du coït [sicheres Koitus symbol]. Il n'est pas difficile de déceler ce qui est à la base de la comparaison ; par paliers rythmiques, avec un essoufflement croissant, on arrive à un sommet et l'on peut ensuite en quelques bonds rapides se retrouver en bas. Ainsi le rythme du coït se retrouve-t-il dans la montée des escaliers. N'oublions pas de faire appel à l'usage de la langue. Il nous montre que le fait de "steigen" [monter] est employé sans plus de façon comme désignation substitutive de l'action sexuelle. On a coutume de dire : l'homme est un "Steiger" [littér., un monteur]* » [7]. Chacun jugera de la pertinence de cette généralisation.

L'interprétation freudienne des rêves pénibles

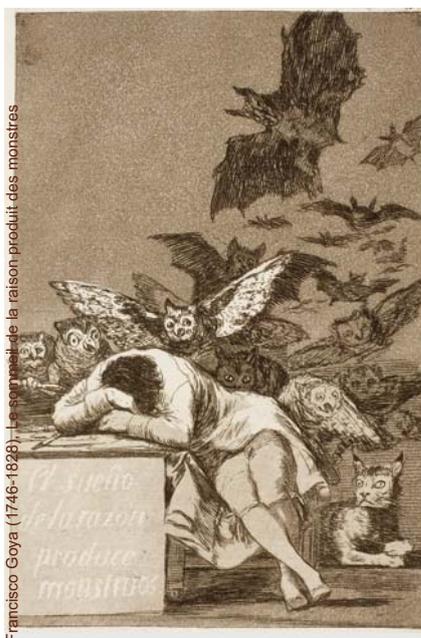
Freud écrit : « *C'est vrai qu'il existe des rêves dont le contenu manifeste est des plus pénibles, mais a-t-on jamais essayé d'interpréter ces rêves, de dévoiler le contenu de leurs idées latentes ? Lorsqu'on s'y applique, les objections tombent ; il est toujours possible que des rêves pénibles et des cauchemars se révèlent après l'interprétation comme étant eux aussi des accomplissements de désir* » [8]. Exemple : « *Un rêve qui au premier regard réserve une difficulté particulière à la théorie de l'accomplissement de souhait a été rêvé et interprété par un médecin : "J'ai et je vois à mon index gauche une affection syphilitique primaire à la dernière phalange." On sera peut-être retenu d'analyser ce rêve en se faisant la réflexion qu'il apparaît clair et cohérent, à l'exception, il est vrai, de son contenu non souhaité. Mais si l'on ne craint pas de prendre la peine d'une analyse, on apprend qu'"affection primaire" est à assimiler à une "prima affectio" (premier amour) et que l'abcès répugnant s'avère être le représentant d'accomplissements de souhait chargés d'un grand affect* » [9]. Ainsi donc, ce médecin qui souhaite vivre un premier amour n'ose pas en rêver tout simplement. Son inconscient travestit ce désir en une terrible maladie, inguérissable à l'époque ! Ce genre de dialectique faisait dire à Havelock Ellis que Freud interprète selon le principe « *Face je gagne, pile tu perds* » [10]. Si l'analysé admet une interprétation, c'est gagné ; s'il la refuse, il « résiste », il a tort.

Freud a maintenu que tous les rêves sont l'expression d'un souhait jusqu'en 1920. Il admettra finalement *une seule* exception : les cauchemars apparaissant chez les personnes qui souffrent d'une « névrose traumatique », comme c'était fréquemment le cas chez les militaires de la Guerre 14-18 [11].

Les interprétations d'Adler et Stekel

Alfred Adler pensait que les rêves révèlent d'une certaine façon le style de vie, en particulier des aspects dissimulés à autrui. Des rêves seraient des tentatives de résoudre des problèmes *actuels*. D'autres seraient des justifications pour fuir des situations au lieu de s'y confronter rationnellement [12].

Wilhelm Stekel est le premier psychanalyste à écrire, en 1911, que « *les patients rêvent dans le dialecte que le médecin utilise pour les traiter* », que ceux d'Adler rêvent de vainqueurs et de vaincus, et que ceux de Sadger rêvent d'érotisme urinaire. Il ajoutait : « *les miens rêvent du symbolisme de la mort et de la religion* ».



L'interprétation jungienne

Après la rupture avec Adler, Stekel et quelques autres, Carl Gustav Jung est devenu le dauphin de Freud. Après quelques mois de lune de miel intellectuelle, les conflits d'interprétations éclatent, ils donnent lieu à une franche hostilité, une rupture et la création d'une nouvelle École de psychanalyse.

Pour Jung, les rêves mettent en scène des peurs autant que des désirs. Ils peuvent avoir une fonction prospective et créatrice. L'interprétation requiert à la fois une connaissance de l'histoire du rêveur et des archétypes, c'est-à-dire des images de nature collective qui surviennent pratiquement partout comme constituants des mythes.

Les divergences d'interprétation sont la cause de conflits entre analystes, de scissions, d'excommunications et de créations d'Écoles ayant des théories inconciliables du fait de la généralisation des affirmations.

L'interprétation lacanienne

Pour Lacan, la psychopathologie n'est qu'affaire de langage : « *Le symptôme se résout tout entier dans une analyse de langage, parce qu'il est lui-même structuré comme un langage, qu'il est langage dont la parole doit être délivrée* » [13]. C'est aussi le cas du rêve : « *Le travail du rêve suit les lois du signifiant* » [14]. En 1974, Lacan résumait sa conception en deux phrases : « *J'attache énormément d'importance aux jeux de mots, vous le savez. Cela me paraît la clé de la psychanalyse* » [15]. Pour lui, la découverte des significations inconscientes se fait par découpages et combinaisons de mots, de « signifiants », bien plus que par le décodage de symboles ou le rattachement à des événements passés. « *Il faut se déprendre, écrivait-il, de l'illusion que le signifiant répond à la fonction de représenter le signifié* » [16]. Ainsi la pratique de la psychanalyse devient un jeu d'enfant : il suffit de jouer avec des homonymes. Le patient qui proteste d'être « pris au mot » sera soupçonné ou diagnostiqué *homo-sexuel*.



Jean-Jules-Antoine Lecomte du Nouÿ,
Le Songe de l'eunuque, 1874

Le récit du rêve d'un patient par Janine Chasseguet, freudienne orthodoxe, lors d'un colloque de l'École lacanienne, illustre la divergence des interprétations. L'analysé avait rêvé qu'il se trouvait « dans un petit chalet que la masse du mont Blanc vient écraser ». Chasseguet interprète : « Je dis alors que mes associations m'avaient amenée à penser – comme j'imaginai celles des analystes présents – à une attaque contre le sein de la mère, qui, par rétorsion, étouffe le petit garçon, sensation étayée probablement par des expériences précoces de nourrissage ». « Ces propos déchaînèrent un tollé accompagné de gloussements et de ricanements. On me lança “cha-let” [chat lait]. (C'est cela que, paraît-il, il eût fallu comprendre. J'avais naïvement peut-être pensé que le petit chalet représentait le Moi timoré de l'enfant face à la masse géante du sein sur lequel il avait projeté toute son agressivité.) On me dit aussi que j'étais “vieux jeu” (sic) et qu'il était évident que je bloquais mes analyses » [17].

Références

Les références à l'œuvre de Freud sont

1° le volume et la page des *Gesammelte Werke*

2° le vol. et la p. des *Œuvres complètes* parues aux PUF.

[1] *Onirocriticon (La clé des songes)*. Trad., Vrin, I 45 ; 79.

[2] *Autoprésentation* (1925) XIV 70 ; XVII 91.

[3] *L'interprétation du rêve* (1900) II 140 ; IV 170.

[4] *Du rêve* (1901) III 695s ; V 66s (ajout de 1911).

[5] *Nouvelle suite des leçons d'introduction à la psychanalyse* (1933) XV 12 ; XIX 92.

[6] « Remarques sur la théorie et la pratique de l'interprétation du rêve » (1923) XIII 308s ; XVI 174.

[7] « Les chances d'avenir de la thérapie psychanalytique » (1911) VIII 106 ; X 65.

[8] *L'interprétation...*, II 140 ; IV 170.

[9] *L'interprétation...*, II 164 ; IV 194 [Ajout de 1914].

[10] Cité par Freud in « Constructions dans l'analyse » (1937) XVI 43 ; XX 61.

[11] *Au-delà du principe de plaisir* (1920) XII 11 ; XV 283.

[12] « On the interpretation of dreams ». *International Journal of Individual Psychology*, 1936, II : 3-16.

[13] *Écrits*. Seuil, 1966, p. 269.

[14] *Ibidem*, p. 512.

[15] *Le triomphe de la religion*. Seuil, 2005, p. 96.

[16] *Écrits. Op.cit.*, p. 498.

[17] « Freud mis à nu par ses disciples mêmes ». *Revue française de Psychanalyse*, 1975, 39 : 171.

[18] Hobson, J.A. et al. (2000) Dreaming and the brain. *Behavioral and Brain Sciences*, 23 : 792-842.

[19] Beck A. & Ward C. (1961) Dreams of depressed patients. *Archives of General Psychiatry*, 5 : 462-467.

[20] *L'interprétation...*, II 613 ; IV 663.

[21] Ce thème est largement développé p. ex. dans Van Rillaer, J. (2012) *La nouvelle gestion de soi*. Mardaga, p. 332.

[22] *L'interprétation...*, II 626 ; IV 676.

Une explication moderne

Les recherches neurologiques modernes ont montré que, durant les phases de sommeil profond, les rêves reflètent les préoccupations de la vie quotidienne et que pendant les phases « REM » (où l'on observe des *Rapid Eye Movements*, des mouvements rapides des yeux), les centres émotionnels sont suractivés et la région dont dépend la pensée logique est hors circuit. Des rêves chargés d'émotions et souvent illogiques sont alors davantage produits [18].

Selon Allan Hobson, le cerveau donne du sens à des signaux d'origine interne et effectue, tant bien que mal, une intégration de ces significations, en utilisant diverses informations : des « restes du jour », des souvenirs, des préoccupations. C'est la « théorie de l'activation-synthèse ». Les bizarreries du rêve ressemblent à celles qu'on observe dans les troubles neurologiques. Elles résultent non d'une censure, mais de « synthèses » imparfaites de données sensorimotrices, traitées dans les conditions particulières du sommeil.

L'utilité très limitée de l'interprétation de nos rêves

Dans l'état actuel des connaissances, on peut dire que les rêves offrent un échantillon de notre état et de nos préoccupations : des désirs, mais aussi des peurs, des aversions, des déceptions ; des souvenirs, mais aussi des anticipations, des tentatives de se préparer à diverses éventualités. Par exemple, les personnes déprimées rêvent beaucoup moins souvent de l'accomplissement de souhaits que d'échecs, de la perte d'êtres chers ou d'objets de valeur [19].

Le rêve est une forme d'activité mentale primitive, qui génère parfois des idées fécondes et des réponses à des questions, mais son interprétation n'en est pas pour autant « *la via regia menant à la connaissance de l'inconscient* » [20]. En définitive, son interprétation a peu de validité. Elle permet d'un peu mieux se connaître, mais on aurait tort de la prendre très au sérieux. Il est bien plus utile d'observer, de façon méthodique, ce que nous faisons dans la vie quotidienne [21]. Curieusement, Freud va dans ce sens à la dernière page de son grand ouvrage sur le rêve : « *Pour juger du caractère de l'homme en fonction de nos besoins pratiques, il suffit le plus souvent de l'acte et des opinions s'exprimant consciemment. L'acte avant tout mérite d'être placé au premier rang* » [22]. ■

