



Disponible en ligne sur

ScienceDirect  
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte  
www.em-consulte.com



## Débat

# Décolonisation, polarisation, psychanalyse, privilèges : vers un psychothérapeute cosmopolite et culturellement intelligent<sup>☆</sup>

## *Decolonization, Polarization, Psychoanalysis, Privilege: Toward a Cosmopolitan and Culturally Intelligent Psychotherapist*

C. Gheorghe

California Institute of Integral Studies, San Francisco, États-Unis

### R É S U M É

#### IN F O A R T I C L E

Historique de l'article :  
Disponible sur Internet le xxx

#### IN F O A R T I C L E

Historique de l'article :  
Disponible sur Internet le xxx

Mots clés :  
Psychanalyse  
Décolonisation  
Psychothérapie cosmopolitaine  
Dogmatisme  
Intelligence culturelle

*Contexte.* – La mondialisation et la possibilité de communiquer librement avec n'importe qui dans le monde rapprochent les individus comme jamais auparavant. La multiculturalité qui s'en dégage ne peut être réduite à un processus de « melting pot », où les « petites » cultures (colonisées) sont absorbées par les cultures dominantes. Le processus de domination que nous constatons est le résultat d'une pensée binaire ; or il jette simultanément un doute sur notre environnement académique, sur la méthodologie, sur l'épistémologie et sur la formation des psychothérapeutes.

*Objectifs.* – Cet article vise à démontrer les avantages d'une approche non dogmatique de la psychanalyse, fondée sur des principes de décolonisation et d'élimination de la pensée binaire. Ce travail examine l'hypothèse qu'une telle perspective conduirait à une psychothérapie cosmopolite incluant une pluralité de concepts et d'orientations théoriques.

*Méthode.* – L'article utilise une démonstration qualitative, dans laquelle l'auteur s'appuie sur son expérience de clinicien et d'enseignant d'université, ainsi que sur une série de concepts philosophiques et épistémologiques du domaine de la pensée critique : la pensée binaire (polarisée), le colonialisme, l'individualisme fondamentaliste, le privilège et son lien avec la politique et l'économie, l'intelligence culturelle.

*Résultats.* – La pensée binaire (polarisée) – une façon primitive, mais efficace et pratique, de voir le monde, liée à notre cerveau « reptilien » – serait responsable de notre incapacité à utiliser une plus grande palette d'options et de choix cognitifs, comme à les intégrer dans un ensemble fonctionnel. Ce type de pensée semble être corrélé à un individualisme radical (fondamentaliste), ainsi qu'à une mentalité néolibérale et coloniale, qui sont rapidement adoptés par de nombreux autres systèmes sociaux (nations, cultures), afin de rester compétitifs économiquement au niveau mondial. La psychothérapie cosmopolite vise à décoloniser à la fois la psychanalyse et notre psyché. Elle appuie son approche sur le modèle de l'intelligence interculturelle et sur l'emploi d'une psychothérapie multimodale, nuancée et culturellement attentive. Le résultat se traduirait par une approche corps-esprit unifiée, où la recherche et les pratiques fondées sur des preuves ne se réduisent pas à un modèle médical, basé sur la pathologie.

*Conclusion.* – Travailler avec le psyché de l'individu doit inclure une attention égale à une relation bidirectionnelle avec le collectif (relations sociales, professionnelles et personnelles), ainsi qu'avec l'environnement (écopsychologie). Il est tout aussi important de se concentrer sur la mémoire somatique, puisque des recherches récentes démontrent la façon dont le traumatisme produit des réponses physiologiques qui nécessitent le recours à des approches différentes de la psychothérapie par la parole. Une option pourrait être la psychothérapie du traumatisme assistée par les psychédéliques qui, aux États-Unis, sont actuellement au troisième stade d'essai par la FDA (Département Fédéral de

<sup>☆</sup> Traduit de l'anglais par : Liviu Poenaru, Centre médical de Peillonnex, Chêne-Bourg, Suisse, email : [liviu.poenaru@gmail.com](mailto:liviu.poenaru@gmail.com).  
Adresse e-mail : [cosmin@synergiscounseling.com](mailto:cosmin@synergiscounseling.com)

(l'Administration des aliments et des médicaments) pour le trouble de stress post-traumatique et la dépression.

© 2022 Publié par Elsevier Masson SAS au nom de Association In Analysis.

A B S T R A C T

*Keywords:*  
Psychoanalysis  
Decolonization  
Cosmopolitan  
psychotherapy  
Dogmatism  
Cultural  
intelligence

*Context.* – Globalization and ability to communicate freely with anyone in the world brings people together in ways that never happened before. Multiculturalism cannot be reduced to a process of 'melting pot', where the "small" (colonized) cultures are absorbed by the dominant ones. This process is the result of binary thinking, and it simultaneously casts doubt over the methodology, epistemology and training of psychotherapists – and particularly psychoanalysts – in academic environments.

*Objectives.* – This article intends to demonstrate the benefits of a non-dogmatic approach to psychoanalysis, founded on the principles of decolonization and elimination of binary thinking, leading to a cosmopolitan psychotherapy, which has to include a plurality of concepts and theoretical orientation.

*Method.* – The article employs a qualitative demonstration, in which the author relies on his experience as a clinician and university professor, as well as on a series of philosophical and epistemological critical thinking concepts: binary (polarized) thinking, colonialism, fundamentalist individualism, privilege and its connection to politics and economics, and cultural intelligence.

*Results.* – Binary (polarized) thinking – a primal, yet efficient and convenient, way of viewing the world, related to our 'reptilian' brain – is responsible for our inability to use a larger palette of options and choices, and integrate them into a functional whole. Binary thinking seems to be correlated to radical (fundamentalist) individualism, as well as with a neoliberal, colonial mentality, which are adopted rapidly by many other social systems (nations, cultures), in order to remain competitive economically at a global level. Cosmopolitan psychotherapy aims at decolonizing both psychoanalysis and our psyche, using the intercultural intelligence model, and employing a multimodal, nuanced, culturally mindful psychotherapy. The result is a unified mind-body approach, where research and evidence-based practices do not reduce themselves to a medical model, based on pathology.

*Conclusion.* – Working with the psyche inside the individual has to include an equal attention to a bidirectional relationship with the collective (social, professional and personal relationships, as well as to the environment (ecopsychology). Equally important is to focus on the somatic memory, where recent research demonstrates the way trauma produces physiological responses that require a different approach than talk psychotherapy. An option may be psychedelics-assisted psychotherapy of trauma, which in the United States are currently in the third stage trial by the FDA (Federal department of Food and Drug Administration) for post-traumatic stress disorder and depression.

© 2022 Published by Elsevier Masson SAS on behalf of Association In Analysis.

Cela peut paraître présomptueux, mais je crois avoir eu cette petite révélation : s'il y a une chose qui ferait vraiment faire à l'humanité un bond en avant significatif, ce serait d'abandonner la pensée binaire. Cet argumentaire d'ouverture s'attache à explorer le dogmatisme (à mon avis l'une des conséquences les plus destructrices de la pensée binaire) en psychanalyse et en psychothérapie. Je propose également comme solutions l'intelligence culturelle et la décolonisation (non dogmatique) de la psychothérapie et de la psychanalyse; cela pourrait être accompli par la création de programmes d'études universitaires divers, inclusifs et polyvalents.

La pensée binaire pourrait être résumée comme suit : si l'option A ne fonctionne pas, alors l'option Z, son opposée, doit fonctionner, et c'est donc automatiquement le meilleur choix. Par exemple, si quatre années de psychanalyse à raison de trois séances par semaine sont « mauvaises » (« excessives », « patriarcales », « non scientifiques », « inutilement longues et compliquées », et ainsi de suite), alors la thérapie brève axée sur les « solutions » doit être la meilleure option. Si le communisme n'a pas fonctionné, alors le capitalisme néolibéral est la réponse aux problèmes du monde. Si la hiérarchie rigide est défaillante, alors l'holocratie apportera la satisfaction. De même, si le modèle médical de la psychothérapie est excessivement hiérarchique et patriarcal, alors nous devrions appeler les patients des clients (ou pire, des consommateurs médicaux, autrement dit des clients dans une transaction commerciale qui vend un service), remplacer le tout par un modèle « centré sur le client », « humaniste », et répondre à tous leurs besoins comme s'ils étaient des enfants gâtés élevés par des parents insécures.

Aux États-Unis en particulier, on a coutume de croire qu'il existe uniquement deux options, et que si l'actuelle ne fonctionne pas, son contraire doit faire l'affaire. Il s'agit là d'un mode de pensée primitif et réductionniste, ancré dans notre cerveau reptilien, qui perpétue une mentalité et une éducation dogmatiques et bipolaires, au lieu de permettre l'émergence d'un environnement social holistique, où les nuances, l'intuition, la diversité des options et la capacité à intégrer des informations provenant de domaines apparemment sans rapport les uns avec les autres se rejoignent de manière significative. À l'ère de l'intelligence artificielle, qui s'imisce profondément dans nos processus de décision (préférences musicales et cinématographiques, présentation et classement des informations, pour n'en citer que quelques-unes), il est plus qu'urgent de former les étudiants non pas selon des modèles dogmatiques et réductionnistes, mais sur la base d'une pensée critique fondée sur les nuances et culturellement intelligente.

### Individualisme, privilèges et pensée binaire

La première chose qui m'est venue à l'esprit lorsque j'ai été invité à rédiger cet argumentaire d'ouverture pour le numéro de « Psychanalyse à l'Université » de la revue *In Analysis* est la suivante : l'idée n'est pas de savoir s'il faut ou non enseigner la psychanalyse dans les universités ; mais plutôt de savoir dans quelle mesure et quel type de psychanalyse profiterait davantage aux futures générations de thérapeutes. Dans certains pays, la psychanalyse reste la principale approche de la psychothérapie, laissant peu ou pas de place aux autres modèles et théories. Aux

États-Unis, en revanche, on trouve tous les modèles possibles et imaginables, tandis que de nombreux programmes de formation offrent rarement une perspective psychanalytique solide, préférant se concentrer sur ce qui est à la mode en psychothérapie à ce moment-là. C'est un excellent exemple de pensée binaire et coloniale, où les nouveaux venus remplacent l'intégralité d'une théorie par une autre, jetant le proverbial bébé avec l'eau du bain, et le remplaçant par leur propre baignoire, leur savon et leur nouveau-né préféré.

Si la psychanalyse classique peut être perçue au XXI<sup>e</sup> siècle comme embarrassante, obsolète et prétentieuse, l'on peut constater, en revanche, la pertinence intemporelle du contemporain de Freud, Carl Gustav Jung, et de son brillant travail sur les rêves, les archétypes, l'inconscient collectif, la *persona* et l'ombre, l'anima et l'animus, ou encore l'individuation. Aussi, de nombreux théoriciens avant-gardistes ont été initialement formés comme psychanalystes : John Bowlby, Harry Stack Sullivan, D. W. Winnicott, Erik Erikson, Heinz Kohut, ainsi que les fondateurs de la théorie et de la pratique systémique, Salvador Minuchin et Murray Bowen. La psychothérapie fondée sur l'attachement et les traumatismes, les relations d'objet, la transmission intergénérationnelle des processus familiaux et la connexion corps-esprit est à la base du travail de nombreux thérapeutes tout en étant le résultat de recherches et de réflexions menées par des psychanalystes.

En vérité, j'aime la complexité, l'ambiguïté et la profondeur intellectuelle de la psychanalyse, d'autant plus que j'ai étudié et pratiqué la psychothérapie en Californie, dans un environnement qui décourage et sous-estime souvent la recherche intellectuelle, en privilégiant les interventions orientées vers l'action et le développement personnel. Pourtant, il apparaît que nous avons pratiqué la psychothérapie [plus de] cent ans et que le monde va de plus en plus mal, comme le dit le psychanalyste James Hillman :

"Nous situons toujours la psyché dans le corps, à l'intérieur de la peau. On va à l'intérieur pour localiser la psyché, on examine ses sentiments et ses rêves – ils lui appartiennent. Il est parfois question d'interrelations, d'interpsychique, de la rencontre entre votre psyché et la mienne. Cela a été un peu étendu dans les théories systémiques ou relatives aux thérapies de groupe, mais la psyché, l'âme, n'existe que dans et entre les personnes. Nous travaillons constamment sur nos relations, nos sentiments et nos réflexions, mais regardez ce qui est mis de côté. (Hillman fait un geste ample qui inclut le pétrolier à l'horizon, le graffiti d'un gang sur un panneau de parc, et la grosse SDF aux chevilles enflées et à la peau craquelée endormie sur l'herbe à une quinzaine de mètres).

Ce qui est laissé de côté, c'est un monde qui se détériore. Alors pourquoi la thérapie ne l'a-t-elle pas remarqué ? Parce que la psychothérapie ne travaille que sur cette âme « intérieure ». En isolant l'âme du monde et en ne reconnaissant pas que l'âme est aussi dans le monde, la psychothérapie ne peut plus faire son travail. Les bâtiments sont malades, les institutions sont malades, le secteur de la production alimentaire est malade, les écoles, les rues - la maladie est à l'extérieur" (Hillman & Ventura, 1993, p. 3–4).

Pour ce qui me concerne, il paraît évident que la formation universitaire des futurs psychothérapeutes doit se concentrer avant tout non seulement sur le fait que nous ne pouvons pas prescrire dogmatiquement un seul modèle et une seule théorie psychothérapeutique (et lorsque nous décidons que cela ne fonctionne pas, de le remplacer par son opposé). Mais aussi sur le constat que l'individualisme (qui a été largement promu et renforcé par les pratiques psychothérapeutiques) a fracturé et aliéné le monde qui nous entoure.

L'effet dévastateur de la pensée binaire et de l'individualisme extrême (soigner l'individu tout en laissant se décomposer les relations et le monde qui nous entoure) n'est devenu une évidence que très récemment lorsque, avec l'aide de la technologie (les *fake news* et la réalité virtuelle sont, après tout, les rejets des émissions de télé-réalité), nous avons pleinement réalisé la prédiction de Baudrillard des années 1980 : nous avons tout poussé à l'extrême, au point que la vie se déplace « hors de la scène », devenant « ob-scène ». « L'obscène est la fin de toute scène » (Baudrillard, 1983, p. 61). Le résultat est qu'un monde déjà aliéné devient un jeu chaotique de signes – Metaverse ? ! – une « hyperréalité », dans laquelle les signes des objets « masquent l'absence d'une réalité profonde », occultant non pas le vieux monde en décomposition que les signes représentaient, mais le fait que ce monde tel que nous le connaissons est en train de disparaître. Et puisque les signes perdent tout lien avec les objets qu'ils sont censés représenter, ils cessent d'avoir « un rapport quelconque avec la réalité : ils sont devenus leur propre pur simulacre » (Baudrillard, 1981, p. 17).

Tout compte fait, surtout aux États-Unis, une thérapie de qualité semble être un accessoire privilégié des personnes plutôt aisées : si vous êtes occupé à jongler avec deux emplois et une famille, à vivre au jour le jour, il est peu probable que vous ayez le temps, l'espace mental et les ressources financières nécessaires pour vous consacrer à des ateliers de développement personnel ou à une psychothérapie. Il est intéressant de noter – ce qui est en relation directe avec la pensée polarisée et binaire – que la même chose se produit souvent chez les surdoués, qui se concentrent exclusivement ou excessivement sur leur vie professionnelle. La plupart du temps, ils deviennent des professionnels étonnants et performants, mais restent des analphabètes émotionnels et/ou culturels.

### Psychothérapie et politique : la pseudo-liberté de l'individualisme privilégié

À l'ère de la post-vérité, dominée par la technologie, nous ne pouvons pas débattre de la psychothérapie sans évoquer sa relation avec deux domaines incontournables : la politique et l'économie, dans lesquels la pensée binaire, l'individualisme et les privilèges représentent des valeurs fondamentales, menant à ce que j'appelle la pseudo-liberté : Je suis libre de faire ce que je veux, y compris d'ignorer le fait que ma liberté individuelle s'accompagne d'une quantité proportionnelle de responsabilité individuelle et collective.

En fait, la psychothérapie, la politique et les affaires sont beaucoup plus liées que nous ne le voudrions. Le « pionnier » de ce qu'on appelle les relations publiques (RP) n'est autre qu'Edward Bernays, le neveu de Freud, qui a utilisé les travaux de son oncle pour mettre en place une machine fascinante et diabolique qui va :

"faire désirer aux gens des choses dont ils n'ont pas besoin, en liant les produits de masse à leur désir inconscient. De là naîtra une nouvelle idée politique sur la façon de contrôler les masses. En satisfaisant les désirs égoïstes intérieurs des gens, on les rend heureux, et donc dociles" (Curtis, 2002).

James Hillman prodigue également un excellent point de vue sur l'imbrication de la psychothérapie et de la politique :

"Chaque fois que nous essayons de faire face [à la misère et aux injustices] en allant en thérapie avec nos rages et nos peurs, nous privons le monde politique de quelque chose. En mettant l'accent, à sa manière insensée, sur l'âme intérieure tout en

ignorant l'âme extérieure, la thérapie ne fait que soutenir le déclin du monde actuel. [...]

La vogue aujourd'hui, en psychothérapie, c'est « l'enfant intérieur ». C'est le principal focus de la thérapie : retourner à son enfance. Mais si vous regardez en arrière, vous ne regardez pas autour de vous. Ce retour en arrière permet de mettre en évidence ce que Jung appelle « l'archétype de l'enfant ». Or, l'archétype de l'enfant est par nature apolitique et déresponsabilisé – il n'a aucun lien avec le monde politique. Et donc l'adulte dit « Que puis-je faire pour le monde ? Cette chose est plus grande que moi ». C'est l'archétype de l'enfant qui parle. Tout ce que je peux faire, c'est rentrer en moi, travailler sur ma croissance, mon développement, trouver de bons parents et des groupes de soutien. C'est un désastre pour notre monde politique, pour notre démocratie. La démocratie dépend de citoyens intensément actifs, pas d'enfants" (Hillman & Ventura, 1993, pp. 5–6).

À partir de l'école de Palo Alto notamment, la psychothérapie aux États-Unis s'est éloignée de la très longue et très coûteuse psychanalyse, dans une démarche de démocratisation de la thérapie. Bien que l'accès à la thérapie ait considérablement augmenté avec la mise en œuvre des thérapies cognitivo-comportementales, axées sur la recherche de solutions et des suivis brefs, les résultats obtenus aux États-Unis semblent plutôt viser à remettre les gens sur les rails de la productivité individuelle. Jusqu'à ce jour, les psychothérapies fondées sur des preuves ont été prioritaires non pas pour leurs étonnants résultats, mais parce qu'elles sont plus faciles à quantifier en dollars et en cents, ce qui en fait la cible privilégiée des compagnies d'assurance et des départements des ressources humaines. La « démocratisation » de la psychothérapie – comme la « démocratisation » de l'accès à la communication, à l'information, aux services bancaires, etc., grâce à la technologie – a fini par devenir un processus de disruption du marché : une prise de contrôle très subtile, mais agressive, où un objet ou un service qui était jusqu'alors réservé à quelques privilégiés est désormais produit en masse et commercialisé pour tout le monde, avec l'objectif de maximiser les bénéfices des parties concernées.

Aux États-Unis, la psychothérapie semble avoir la préférence des employeurs et des politiciens, non pas nécessairement parce qu'elle améliore le bien-être des employés et des citoyens, mais plutôt parce qu'elle est considérée comme une méthode permettant de réduire ou d'éliminer individuellement la rage et la peur dont parlait Hillman & Ventura, afin que les individus temporairement incapables récupèrent et retournent au travail pour continuer à produire et à consommer. La pensée critique, les préoccupations existentielles, les interrogations sur le sens du travail et de la vie, sont perçues comme autant de nuisances, d'obstacles qui empêchent la croissance économique. Ironiquement, la thérapie (et bien sûr, un cocktail de médicaments psychotropes) semble être la réponse des États-Unis à la crise des sans-abris. Il est très facile pour les sans-abris d'obtenir une thérapie gratuite et illimitée, alors qu'il est extrêmement difficile, voire impossible, d'obtenir ce dont ils ont vraiment besoin : un logement.

Je crois que notre devoir, en tant que psychothérapeutes, est d'aider et de travailler avec les décideurs – hommes d'affaires, politiciens, activistes, ainsi que leurs partisans et électeurs – afin qu'ils conçoivent et mettent en œuvre des politiques à partir d'un lieu de plénitude et de relations significatives, plutôt qu'à partir d'un moi binaire et fracturé.

Ce texte plaide donc pour la nécessité d'une formation universitaire inclusive, multi/interdisciplinaire et culturellement intelligente. Au lieu d'adhérer – de manière plus ou moins

dogmatique – à une seule orientation théorique, et de s'efforcer ensuite d'y assujettir les patients/clients pour qu'ils s'y intègrent, les thérapeutes socialement attentifs et cosmopolites puisent leurs connaissances, leurs compétences et leur expertise dans une variété d'orientations théoriques (psychodynamique, intergénérationnelle, systémique, théories structurelles, stratégiques ou narratives), ainsi que d'autres disciplines, telles que la sociologie, les arts, la philosophie, l'économie et la politique, la médecine, la physique et les mathématiques, ou tout autre domaine susceptible d'aider le thérapeute à combler le fossé (purement théorique) entre esprit et corps, entre macro et micro-systèmes sociaux.

### Intelligence culturelle, décolonisation, cosmopolitisme

"Le plus important et le plus désolant est que la psychanalyse n'a pas évolué scientifiquement. Précisément, elle n'a pas développé de méthodes objectives pour tester les idées excitantes qu'elle avait formulées auparavant. Comme résultat, la psychanalyse entre dans le 21<sup>e</sup> siècle avec un déclin de son influence. Ce déclin est regrettable, du fait que la psychanalyse représente encore la vision de l'esprit la plus cohérente et la plus satisfaisante intellectuellement" (Kandel, 2002, p. 41)<sup>1</sup>.

L'involution ou la stagnation de la psychanalyse est une question complexe et importante, et je voudrais la laisser pour un autre article. De même, la connexion de la psychanalyse avec la physiologie, la biologie et les sciences cognitivo-comportementales permettrait probablement d'obtenir de nouveaux aperçus de la connexion corps-esprit et de son impact sur nos comportements et nos émotions. Cependant, l'un des principaux objectifs de cet article est de promouvoir une vision inclusive de toutes les psychothérapies, que je considère comme les différentes facettes d'un vaste réseau de modalités visant à améliorer le bien-être de l'humanité dans son ensemble.

Si, personnellement, je suis peut-être d'accord pour dire que la psychanalyse reste une « vision cohérente et intellectuellement satisfaisante de l'esprit », je suis perplexe face à l'hypothèse selon laquelle cette vision s'applique automatiquement dans le monde entier. Pourquoi la psychanalyse serait-elle la plus cohérente et la plus satisfaisante intellectuellement pour tous et pour toute culture ? Dans quelle mesure la psychanalyse est-elle pertinente, sans la qualifier de « la plus satisfaisante », pour les gens de Californie, de Madagascar, de la jungle amazonienne du Pérou, du nouveau gouvernement taliban d'Afghanistan, ou de la communauté gitane de Timisoara (en Roumanie) ?

Le « provincialisme », suggère Milan Kundera (2005) dans son livre *Le Rideau* est :

« l'incapacité (ou le refus) d'envisager sa culture dans un contexte plus large. Il y a deux sortes de provincialisme : celui des grandes nations et celui des petites. Les grandes nations résistent à l'idée goethéenne de littérature universelle car leur propre littérature leur semble suffisamment riche pour qu'elles n'aient pas à s'intéresser à ce qu'on écrit ailleurs. [...] Les petites nations sont réticentes aux contextes plus larges pour des raisons exactement opposées : elles perçoivent la culture mondiale comme quelque chose d'étrange, largement au-

<sup>1</sup> Version originale en anglais : Kandel, E.R. (1999) Biology and the future of psychoanalysis: A new intellectual framework for psychiatry revisited. *The American Journal of Psychiatry*, 156 (4), 505-524. Doi: <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/10.1176/ajp.156.4.505>.

dessus de leur tête, lointaine, inaccessible, une réalité idéale avec laquelle leur pauvre littérature nationale a peu à voir » (Kundera, 2005, pp 52-53).

Il existe de nombreuses définitions de la culture ; en voici quelques-unes que j'utilise dans mon travail d'enseignant et de psychothérapeute :

- « L'ensemble des règles non écrites du jeu social » (Hofstede, Hofstede, & Minkov, 2010, p.6) .
- « La programmation collective de l'esprit visant à distinguer les membres d'un groupe ou d'une catégorie de personnes des autres » (Hofstede, Hofstede, & Minkov, 2010, p.6) .
- « Un groupe de personnes qui partagent un ensemble de valeurs, de croyances et d'attentes similaires » (Gheorghe, 2012, p. 3).
- « Un ensemble de normes et de conduites non écrites qui guident le comportement d'un groupe de personnes dans la décision de ce qui est bien ou mal, acceptable ou inacceptable, etc. » (Hofstede, Hofstede, & Minkov, 2010, p.18).

L'intelligence culturelle, quant à elle, est « la capacité de fonctionner efficacement à travers les cultures nationales, ethniques et organisationnelles » (Ang & Van Dyne, 2008, p. XV). Et si nous examinons la définition de David Livermore, il semble que l'intelligence culturelle soit en fait le contraire du provincialisme de Kundera :

"Avoir une intelligence culturelle de niveau supérieur ne signifie pas avoir un comportement irréprochable dans un contexte interculturel. Elle est plutôt incarnée par des personnes ayant un sens aigu de leur propre identité culturelle. Elles savent qui elles sont et ce qu'elles croient, mais elles sont également intéressées à découvrir cela chez les autres" (Livermore, 2009, p. 8).

Utiliser l'intelligence culturelle en psychothérapie n'est plus une option, mais un impératif. La mondialisation et la technologie rapprochent les gens comme jamais auparavant dans l'histoire de l'humanité. Alors que nous avons l'opportunité d'aborder le monde d'un point de vue véritablement holistique et non fragmenté, il est facile de constater que cette proximité sans précédent engendre des réactions négatives d'agression, de territorialisme, de nationalisme et de xénophobie.

Dans les relations au sein de systèmes microsociaux (couples, familles, groupes) où les partenaires ont un faible niveau d'intelligence émotionnelle et culturelle, « trop » de proximité engendre la peur de perdre son individualité et son unicité dans la masse indifférenciée de l'ensemble. Il va sans dire que la peur de perdre son individualité découle de l'incapacité d'une personne à rester, en présence des autres, un individu différencié, sûr et épanoui, capable de rester fidèle à son ensemble de valeurs, de croyances et d'attentes, tout en restant ouvert et respectueux des valeurs et des croyances de la personne avec laquelle il est (souvent émotionnellement) lié.

"Plus le niveau de différenciation est élevé au sein d'un couple, d'une famille ou d'un autre groupe social, plus les individus sont capables de coopérer, de veiller au bien-être de l'autre et de rester en contact de manière adéquate pendant les périodes de stress comme pendant les périodes calmes. Plus le niveau de différenciation est faible, plus la famille risque de régresser vers des comportements égoïstes, agressifs et d'évitement ; la cohésion, l'altruisme et la coopération s'effondrent" (Kerr & Bowen, 1998, p. 93).

Bien sûr, pour de nombreuses cultures, la psychanalyse apparaît, comme pour Kandel, « la vision de l'esprit la plus cohérente et la plus satisfaisante intellectuellement ». Mais pour de nombreuses autres, la psychanalyse semble représenter un cadre rigide dans lequel le psychanalyste s'efforce de les faire rentrer, au nom de la guérison de leur esprit, de leur vie et peut-être de leur âme.

En outre, toutes les psychanalyses ne sont pas égales. Freud semblait convaincu que n'importe qui dans le monde pouvait être guéri par un système psychanalytique qu'il a construit autour de sa propre enfance et de son expérience de vie dans la Vienne du XIX<sup>e</sup> siècle. Jung, quant à lui, semble avoir eu une vision beaucoup plus large, se concentrant à la fois sur l'individu et le collectif, reconnaissant des archétypes souvent transculturels.

"« Regarde », m'a dit Ochwiä Bianco, « comme l'apparence des Blancs est cruelle. Leurs lèvres sont minces, leurs nez pointus, leurs visages traversés de rides et déformés, leurs yeux ont un regard fixe, toujours à la recherche de quelque chose. Que cherchent-ils ? Les Blancs veulent constamment quelque chose, ils sont en permanence agités. Nous ne savons pas ce qu'ils veulent. Nous ne les comprenons pas. Nous croyons qu'ils sont fous ».

Je lui ai demandé pourquoi il croyait que les Blancs étaient tous fous.

« Ils disent qu'ils pensent avec leur tête », a-t-il répondu.

« Mais bien sûr qu'ils pensent avec leur tête. Comment pensez-vous ? » J'ai demandé, étonné.

« Nous pensons ici », a-t-il dit en indiquant son cœur" (Jung, 1996, p. 254).

La véritable diversité des idées, des concepts théoriques et des méthodes pratiques de guérison de ceux qui souffrent est difficile à atteindre si nous n'essayons pas, avec sérieux, de décoloniser la psychologie et la psychothérapie. Il est impossible de s'attaquer aux présupposés coloniaux de la psychanalyse sans s'attaquer au dogmatisme, quel qu'il soit et qu'il se manifeste sous forme de provincialisme ou de colonialisme.

Pour être honnête, personnellement, je n'aime pas le terme « décolonisation ». Cela m'évoque une sorte de démarche révolutionnaire, comme celle des bolcheviks et des communistes, avec les résultats que l'on connaît. Cela me rappelle également la « révolution » des années '60, et je laisserai Leonard Cohen la définir :

"La révolution des années '60 a duré environ 15 minutes. Chaque génération doit sentir qu'elle a une signification particulière qu'aucune autre génération n'a eue. Notre génération, celle des années '60, avait le sentiment d'être la plus libre. Je parlais à quelqu'un de la génération des années '80 qui était très fier que sa génération soit la plus corrompue. Et la plus avide. Vous savez, chaque génération doit trouver une signification et s'y accrocher. Et la vendre. La vendre au monde entier et se la vendre les unes aux autres. C'est comme ça que ça semble fonctionner" (Cohen, 1993).

Il convient également de mentionner que dans ma région du monde (baie de San Francisco, Californie), « décoloniser » est déjà devenu un mot à la mode, qui est sévèrement surutilisé à ce jour, dans tous les contextes imaginables et inimaginables, par des personnes qui n'ont souvent aucune idée de ce dont elles parlent. Certains d'entre eux appartiennent à divers groupes minoritaires, d'autres font partie de la soi-disant majorité, mais ce qui me surprend, c'est le nombre de ceux qui parlent de décolonisation - de la culture, des sciences, de la psychologie, de la psychothérapie, etc. Cela, à mon avis, annihile le concept même de décolonisation :

si l'intention et les méthodes utilisées sont axées sur l'élimination des « colonisateurs » et leur remplacement par des révolutionnaires décolonisateurs, le résultat pourrait bien n'être qu'un autre produit, un autre dogme dans un emballage plus coloré correspondant aux tendances sociales actuelles.

Comme le souligne René Girard, la désignation de boucs émissaires est un mécanisme social vieux comme le monde (Girard, 2001). Pour vraiment « décoloniser » quoi que ce soit, y compris la psychanalyse et la psychothérapie, nous devons vraiment grandir en tant que race humaine et comprendre que le simple remplacement d'un bouc émissaire par un autre n'est pas un progrès ou une évolution, et souvent ce n'est même pas une révolution. Il s'agit simplement d'une nouvelle rotation dans le même cercle vicieux qui divise le monde en agresseurs et victimes, en colonisateurs et colonisés.

La politique, le social et les relations de couple démontrent que tout concept, pratique ou idéologie peut être poussé à l'extrême, poussé jusqu'au bord de la scène, jusqu'à devenir ob-scène (Baudrillard). Le succès de la décolonisation de la psychothérapie est donc directement lié à notre capacité à sortir du paradigme de la pensée binaire, où il n'existe que deux options extrêmes qui se confrontent, rivalisent et s'excluent mutuellement. Après avoir effectué des recherches sur une grande variété de cultures ancestrales dans le monde, Mircea Eliade a fait remarquer qu'elles ne voyaient pas la vie en termes d'oppositions binaires et mutuellement exclusives. *Coincidentia oppositorum*, dit Eliade (1995, p. 75), est un concept primordial présent dans toutes les cultures ancestrales, où « les opposés coexistent sans se confronter ». De plus, ils se complètent dans une spirale ascendante et significative, éliminant la fragmentation et la bipolarisation qui aliène manifestement le monde au XXI<sup>e</sup> siècle.

Einstein s'est posé une question fondamentale, et la façon dont nous y répondons influence directement la qualité de notre vie : l'Univers est-il amical, hostile ou neutre ? Si nous pensons que l'Univers (l'environnement, les autres nations et cultures, etc.) est hostile, nous l'aborderons avec méfiance, dédain, agressivité et violence, et nous le considérerons comme un lieu à attaquer, à soumettre, à conquérir et à exploiter. Si nous croyons que l'Univers est amical ou du moins neutre, il est plus probable que nous l'aborderons avec curiosité, ouverture d'esprit et désir d'exploration et d'intégration.

Il se trouve que nos croyances, nos valeurs et nos attentes vis-à-vis du monde sont déterminées par la manière dont nous avons développé notre attachement émotionnel. De plus, un attachement sain et non polarisé est directement corrélé au niveau de différenciation du soi de nos proches et de nos pairs. Les personnes égocentriques, polarisées, qui se battent ou fuient, ont tendance à avoir un attachement « insécure », d'où la croyance que les autres ne les aiment pas parce qu'ils envient leur pénis. Elles n'ont pas de véritable moi, et survivent (et souvent prospèrent) grâce à un pseudo-moi emprunté, de type narcissique (Kerr & Bowen, 1998).

## Conclusion

Pendant tant d'années, l'*homo sapiens*, en laissant son cerveau reptilien prendre le dessus, a traité le monde comme son propre terrain de jeu, avec lequel on peut jouer et qu'on peut détruire à volonté. Il est peut-être temps d'utiliser notre néocortex malmené et de promouvoir un monde constitué de nuances et de pluralités. D'arrêter de rebondir d'un extrême à l'autre, comme s'il n'y avait rien entre les deux. Comme le montre le travail politique de Cambridge Analytica, chaque extrême renforce le pouvoir de son opposé. Chaque dogme génère un dogme opposé.

D'autre part, même le concept de décolonisation semble déjà entrer dans sa phase dogmatique, celle du « mot à la mode ». Dans

de nombreuses universités américaines, il semble y avoir une faction fondamentaliste de « militants » qui promeuvent et prescrivent vigoureusement - et souvent agressivement - la « décolonisation » de presque tout ce à quoi on peut penser. Cela s'accompagne souvent de commentaires dédaigneux à l'égard de quiconque ose contester leur position.

Une véritable pensée décoloniale doit impliquer précisément le cœur de la décolonisation : la pluralité, la multiculturalité, l'acceptation. En fait, le fait de juger et d'ostraciser automatiquement ceux qui ne partagent pas vos croyances et ne semblent pas appartenir à votre groupe d'appartenance, risque de devenir une autre forme de colonialisme. Si une idéologie a créé des abus sociaux, cela ne veut pas dire que son opposé va guérir ces abus ou générer un monde juste.

La psychanalyse et la psychothérapie ont la possibilité de promouvoir non seulement une croissance émotionnelle et intellectuelle, mais aussi un changement social significatif. Le problème n'est donc pas nécessairement de savoir s'il faut enseigner ou non, dans les universités, la psychanalyse (ou la TCC, ou les thérapies systémiques et stratégiques, etc.). Le problème est pour nous, les humains, de sortir (et de passer à autre chose) des logiques binaires, polarisées, de combat ou de fuite dans lesquelles nous vivons. Cette mentalité nous a probablement servi à l'époque où nous vivions dans des grottes, où les plus agressifs et les coureurs les plus rapides réussissaient le mieux à rester en vie.

Comme l'histoire l'a démontré à maintes reprises, il n'y a pas de décolonisation si ce processus aboutit à une nouvelle classe de colonisateurs imposant leur paradigme. La pensée décoloniale ne signifie pas qu'il faille échanger un dogme contre un autre, mais plutôt qu'il faut s'efforcer d'échapper à la rigidité et au simplisme de la pensée binaire et apprendre à voir le monde comme étant constitué de macro- et micro-réseaux de systèmes, profondément interconnectés à de multiples niveaux.

## Déclaration de liens d'intérêts

L'auteur déclare ne pas avoir de liens d'intérêts.

## Remerciements

C. Gheorghe remercie L. Poenaru pour la traduction de la version originale.

## Références

- Ang, S., & Van Dyne, L. (2008). *Handbook of Cultural Intelligence. Theory Measurement and Applications*. London, New York: Routledge.
- Baudrillard, J. (1983). *Les stratégies fatales*. Paris: Grasset & Fasquelle.
- Baudrillard, J. (1981). *Simulacra et simulations*. Paris: Galilée.
- Cohen, L. (1993). *Leonard Cohen's theories on life, democracy & the future*. MTV. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=IgtV0mEoiWU&t=192s>
- Curtis, A. (Ed.). (2002). *The Century of Self-Part 1 - Happiness Machines*. UK RFD Television. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=DnPmgOR1M04>
- Eliade, M. (1995). *Mefistofel si androginul*. Bucuresti: Humanitas.
- Gheorghe, C. (2013). *Individuality, belonging and intercultural aesthetic distance. What is a cosmopolitan mental health professional?*. Unpublished manuscript.
- Girard, R. (2001). *I see Satan falling like lightning*. Maryknoll: Orbis Books.
- Hillman, J., & Ventura, M. (1993). *We've had a hundred years of psychotherapy and the world is getting worse*. San Francisco: HarperCollins.
- Hofstede, G., Hofstede, G. J., & Minkov, M. (Hofstede, & Minkov, 2010). *Cultures and Organizations*. In *Software for the Mind (3rd ed)* (pp. 6-18). New York: McGraw-Hill.
- Jung, C. G. (1996). *Amintiri, vise, reflectii*. Bucuresti: Humanitas.
- Kandel, E. R. (2002). La biologie et le futur de la psychanalyse : un nouveau cadre conceptuel de travail pour une psychiatrie. *Évolution Psychiatrique*, 67, 40-82.
- Kerr, E. M., & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. New York & London: W W Norton & Company.
- Kundera, M. (2005). *Le rideau*. Paris: Gallimard.
- Livermore, D. (2011). *The Cultural Intelligence Difference*. New York: Amacom.