

## Une société peut-elle être fatiguée ?

**Alain Ehrenberg**

**La pandémie de Covid-19 a mis au premier plan les problèmes de santé mentale, relève le sociologue, qui estime qu'une société centrée sur l'autonomie individuelle favorise la transformation de questions relevant de la psychiatrie en un souci central**

**L'**idée que la société est déprimée, ou « fatiguée », pour reprendre le titre du livre de la Fondation Jean Jaurès, met le doigt sur des sujets sensibles, mais elle est trompeuse. En quoi ? Et pourquoi est-ce important de le comprendre ?

Nombre d'informations récentes vont à l'encontre de mes questions. L'Organisation mondiale de la santé a publié en novembre 2020 une note sur la « *pandemic fatigue* », « *la fatigue nerveuse ou épuisement psychique, qui mène à l'immobilisme* ». « Dépression, troubles du sommeil, anxiété... les inquiétants effets psychiques de la pandémie et du confinement », titre un article du *Monde* le 26 novembre 2020.

La pandémie de Covid-19 a mis au premier plan les problèmes de santé mentale. Toutes ces souffrances psychiques sont traversées par la fatigue, le ralentissement de la pensée et de l'action, voire par l'immobilisme.

L'idée est trompeuse parce qu'elle traite la société comme un gros individu, confondant ainsi « *individu* » et « *individualisme* ». Toute société fait place à l'individuel, mais seules les nôtres sont individualistes. Cela signifie que l'individualisme est un esprit social, un esprit commun. Et c'est cet esprit commun qui s'est modifié et qui a favorisé la transformation de questions relevant du domaine spécialisé de la psychiatrie et de la psychologie clinique en souci central de nos sociétés, affectant toute la vie sociale et personnelle, dans l'entreprise, à l'école...

En quoi ce souci est-il révélateur de l'esprit social de la société individualiste d'aujourd'hui ?

La fatigue considérée comme épuisement psychique est devenue un thème central, avec la dépression, au cours des années 1970, en même temps que les épidémiologistes constataient, statistiques à l'appui, que cette dernière était désormais le trouble mental le plus développé dans les sociétés occidentales. Non seulement cette pathologie est beaucoup plus répandue qu'on ne le pensait, mais elle change de signification dans la psychopathologie et dans la société. L'évolution de la psychanalyse à son égard permet de comprendre ce double changement.

### **Panne de l'action**

Dépressions et angoisses sont d'abord considérées par Freud et les psychanalystes comme un symptôme des névroses (hystérie, phobie, obsession), qui sont l'expression d'un conflit psychique œdipien entre le moi et le surmoi (interdicteur). Il s'agit donc d'un conflit entre le permis et le défendu. Dans une société de discipline, la dépression soulève une question à la fois commune et personnelle : que m'est-il permis de faire ?

A partir des années 1960 (voire un peu plus tôt aux Etats-Unis) et surtout 1970, les psychanalystes repèrent dans leurs clientèles de nouvelles pathologies non névrotiques qu'ils appellent « *narcissiques* ». La dépression y occupe une place centrale, et elle est moins le symptôme d'un conflit que d'un sentiment de vide, d'insuffisance affectant le narcissisme de l'individu qui ne parvient pas à être à la hauteur de ses idéaux. La honte a tendance à subordonner la culpabilité.

De plus, c'est moins la tristesse et la douleur morale qui apparaissent au premier plan que la panne de l'action. Les psychanalystes interprètent généralement ces changements par les nouveaux modes de vie prônant l'émancipation des individus : parce qu'ils affaiblissent les interdits, et en conséquence la force

protectrice du surmoi, ils créent de nouvelles souffrances psychiques.

Nombre de sociologues et de philosophes, de Christopher Lasch, qui publie *La Culture du narcissisme* [Flammarion, 2008] aux Etats-Unis dans les années 1970, à Marcel Gauchet, qui parle d'une « *mutation anthropologique* » en France dans les années 2000, ont répondu que nous faisons face à une privatisation inexorable de l'existence. C'est cette interprétation que l'on retrouve dans l'idée de société fatiguée, parce que cette fatigue semble résulter de l'affaiblissement des liens sociaux, donc de l'idée de commun ou de collectif.

On a plutôt affaire à une transformation de l'esprit social de l'individualisme.

## **Autocontrôle émotionnel et pulsionnel**

Entre 1970 et aujourd'hui, nous sommes progressivement entrés dans une société imprégnée par des idées, des valeurs et des normes gravitant autour de l'autonomie individuelle. D'une aspiration collective dans les années 1960-1970, à travers les mouvements de libération des mœurs revendiquant l'indépendance, le choix, la propriété de soi en même temps que l'égalité entre les hommes et les femmes, l'autonomie devient à partir des années 1980 la condition commune, c'est-à-dire un système d'attentes collectives à l'égard de chacun, et pas seulement un choix personnel. Elle relève alors de l'obligation sociale. Ces idéaux encouragent l'expression de l'individualité sous de multiples formes, tout en la mettant à l'épreuve.

C'est le cas de l'entreprise, par exemple. Elle génère des détresses psychologiques qui ne cesseraient de croître. L'imaginaire du travail n'est plus un imaginaire taylorien de l'exécution mécanique des ordres ou du suivi des cadences. On demande aux gens d'être responsables, autonomes, d'avoir de l'initiative, de développer des compétences de « savoir être », etc. Dans le système d'attentes collectives de l'autonomie, la question « que suis-je capable de faire ? » se substitue à « que m'est-il permis de faire ? ». Ce changement de nos régimes d'action exige de chacun des formes d'autocontrôle émotionnel et pulsionnel qui étaient parfaitement marginales dans le taylorisme, ce qui donne une place nouvelle aux dimensions affectives du travail.

La santé mentale est alors sociologiquement un langage commun permettant d'exprimer des tensions de nos relations sociales, et donc une attitude collective à l'égard de la contingence (de toutes sortes d'adversités, des aléas des événements de la vie et de ceux des relations sociales) dans les sociétés individualistes de masse contemporaines imprégnées par les idées, valeurs et normes de l'autonomie individuelle. Elle permet à la fois de soulever des problèmes noués à cette normativité et d'y répondre, plus ou moins bien, par des accompagnements psychothérapeutiques ou médicamenteux multiples.

Alain Ehrenberg est sociologue, directeur de recherche émérite au CNRS. Il a notamment publié « *La Mécanique des passions. Cerveau, comportement, société* » (Odile Jacob, 2018)