



R/bécédaire

Réification

« *Faites confiance à votre inconscient.* » Milton Erickson
 « *Sans émotions, il est impossible de transformer les ténèbres en lumière et l'apathie en mouvement.* » Carl Gustav Jung

Gérard Ostermann

Définition

« Définir », c'est toujours ce par quoi commence Socrate dans les dialogues que signe Platon. Sans délimiter avec précision le sens des mots, comment s'entendre ? Sans débiter par cet accord contractuel sur le langage, comment parvenir à penser ensemble ? À dialoguer enfin ? Circonscrire la surface sémantique d'une notion réclame souvent bien davantage qu'un simple dictionnaire. Il faut aller certes à l'usage, mais aussi à la source même de la formation du terme. Or si l'étymologie ne dit pas nécessairement – et contrairement à ce qu'elle annonce – la vérité d'un mot, elle en indique la pente, elle en découvre « l'arrière-goût » souvent indispensable à l'appréciation connotative.

Réfier vient du latin *res*, chose, et *facere*, faire. La réification est donc le fait de transformer en chose, ce qui est une idée, un mouvement, un concept. La réification est un processus qui emprunte un langage analogique pour rendre compte d'un symptôme comme la douleur par exemple. Lorsqu'un patient décrit sa douleur, il se sert d'un langage essentiellement digital (le discours médical) et il subit les effets du symptôme. La technique de réification permet par le biais de la description imagée du symptôme de transformer un concept abstrait, comme une douleur ou une peur ou tout autre symptôme, en une réalité plus concrète, en un objet, dont il va en quelque sorte prendre le contrôle et ainsi modifier ses perceptions.

Lisons Yves Halfon¹ : « *Pour celui qui considère que tout est lié, que*

1. Halfon Y. *Les métaphores, Hypnose et Thérapies brèves*, Hors-série N° 10, Metawalk, 2003.

le semblable peut agir sur le semblable, il est possible d'intervenir sur n'importe quel élément à partir d'un autre élément analogue: "L'image est ce mélange de métaphores, de comparaisons, d'analogies, bref de décrochage d'une langue commune vers une parole plus individuelle qui traverse les données du réel pour faire apparaître des correspondances jusque-là cachées, voire inconnues. Faire une image revient à préférer le figuré au littéral; à déplacer et à défaire les lignes de la représentation concrète; en un mot, à inaugurer une liaison neuve, à travers la parole, entre soi et le monde." »

Nous réifions à chaque fois que nous faisons appel à des images ou des métaphores, qui sont d'excellents moyens de transport dont le but est la métamorphose du symptôme.

Réification ou chosification, est-ce synonyme ?

Les sciences ou disciplines modernes qui tentent de circonscrire le psychisme humain, pour le comprendre, le soigner, ou le contrôler, tendent à projeter, selon des schémas toujours plus rationnels et structurés, la qualité intime de ce psychisme, sur des formes objectives dites *réifiantes*. La *chosification* désigne le fait de considérer un être (souvent une personne) comme une chose. Selon la thèse d'Axel Honneth², la réification d'autrui se produit lorsqu'un être humain se trouve traité comme une chose. Cela se traduit par le fait que la reconnaissance originare se

trouve suspendue par désactivation de toute identification avec lui et donc de toute capacité de participation affective. Même lorsqu'un patient décrit sa douleur comme *une barre* par exemple, cette barre est à intégrer dans un contexte, car cette barre est en quelque sorte relationnelle et émotionnelle. La réification est donc toujours *fictive* et nous préférons ce vocable à celui de chosification plus ambiguë.

La magie du *comme si*

Comme le propose Gregory Tosti³, la façon la plus simple de chercher à réifier un symptôme consiste à utiliser la phrase « c'est comme si... » Le « comme si » libère la parole métaphorique et encourage l'esprit de jeu, créatif et curieux : « *La réification est donc un outil qui permet de travailler sur la représentation du problème, et non le problème lui-même. C'est l'inspiration du patient qui donne la bonne métaphore.* » Cette technique propose dans un premier temps d'imager la sensation douloureuse ou le symptôme à la manière d'un portrait chinois : « *Et si c'était : un objet, une couleur, un animal, une forme ?* » Puis, dans la continuité de la séance, de jouer, de transformer cette chose afin d'atténuer la sensation désagréable. C'est également ce que l'on retrouve en thérapie narrative (hypnose conversationnelle) sous la forme de l'externalisation de la peur par exemple. En effet, comme la peur augmente la perception douloureuse, celle-ci étant vécue comme interne, l'externalisation, permet de remettre du contexte et de la relation. Cette

2. Honneth A., *La réification. Petit traité de théorie critique*, Gallimard, Paris ; 2007.

3. Tosti G. *Le grand livre de l'hypnose*, Eyrolles ; 2014.

externalisation simple est à différencier de la douleur « monstrueuse », dans la douleur chronique, dont l'effet relationnel, peut-être une barre ou toute autre image. Dans cet emploi, la réification (la barre) est un effet de la dissociation qui, en tant que dissociation, peut prendre la forme d'un monstre.

Domaines d'application

La réification est très souvent utilisée dans le champ de la douleur et tous les praticiens sont toujours étonnés de l'incroyable efficacité de cette technique. C'est un moyen simple pour rendre en quelque sorte la douleur visible et palpable. Claude Viro⁴ détaille les différentes étapes d'une séance de réification pour douleurs chroniques.

Lorsqu'il s'agit de douleurs aiguës, il y a la nécessité d'immédiateté. Particulièrement dans l'urgence, le soignant doit rapidement capter l'attention du patient et prendre la fonction d'une « bouée de sauvetage ». La réification apparaît dans la pratique comme un processus technique assez facile, ne nécessitant pas forcément une longue phase d'induction. De plus sa simplicité de mise en place permet une utilisation par le plus grand nombre et dans beaucoup de situations.

Cette technique est particulièrement adaptée à la pédiatrie, car le recours à l'imaginaire de l'enfant lui est familier et cette approche contribue à améliorer la relation de confiance.

L'aspect ludique favorise la distraction et l'acceptation des soins.

Dans la douleur chronique, il existe un phénomène de transe négative au long cours, comme si le sujet était partiellement dissocié, détaché d'une partie de son être sur laquelle il n'a plus de prise. Il est alors possible d'envisager la réification comme technique de réassociation pour permettre au patient de créer de nouveaux liens avec cette partie de lui-même ; et ceci grâce à l'imaginaire, amplifiant ainsi un cercle vertueux.

“ Un processus qui enrichit l'éventail thérapeutique ”

La douleur est alors utilisée « comme un moteur de guérison ». Erickson conseillait toujours de laisser une petite gêne en place pour respecter le message douleur d'une part, et crédibiliser la part d'analgésie obtenue. Toutefois, certains patients *alexithymiques* auront plus de difficultés pour entrer dans ce processus de réification. Il est possible de proposer d'autres médiateurs de transformation comme le dessin. Le praticien choisit habituellement l'outil qui semble le plus adapté à la sensorialité du patient.

La réification est un processus qui à l'évidence enrichit l'éventail thérapeutique.

4. Viro⁴ C. *La réification – une douleur palpable, Hypnose et Thérapies brèves, Hors-série N° 3, Metawalk, 2003.*