

Viktor E. Frankl

# Retrouver le sens de la vie

Anthologie réunie et présentée  
par Alexander Batthyany

Traduction, avant-propos et notes  
par Georges-Elia Sarfati



InterEditions

L'édition originale de cet ouvrage est parue sous le titre :  
*The Feeling of Meaninglessness : A Challenge to Psychotherapy and Philosophy*  
© 2010 Marquette University Press – Estate Frankl

Maquette de couverture : Atelier Didier Thimonier

<p>Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.</p> <p>Le Code de la propriété intellectuelle du 1<sup>er</sup> juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements</p>	 <p><b>DANGER</b> LE PHOTOCOPIAGE TUE LE LIVRE</p>	<p>d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée.</p> <p>Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).</p>
--	---	--

© InterÉditions, 2017

InterÉditions est une marque de  
Dunod Éditeur, 11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff

ISBN 978-2-7296-1678-6

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

---

# SOMMAIRE

<i>AVANT-PROPOS</i>	V
GEORGES-ÉLIA SARFATI	
<i>INTRODUCTION. VIKTOR E. FRANKL</i>	1
ALEXANDER BATTHYANY	

## PREMIÈRE PARTIE

### LES FONDEMENTS DE LA LOGOTHÉRAPIE ET DE L'ANALYSE EXISTENTIELLE

<b>1. Le sentiment de non-sens : un défi pour la psychothérapie</b>	31
<b>2. La psychiatrie et la quête humaine du sens</b>	38
<b>3. Les concepts fondamentaux de la logothérapie</b>	50
<b>4. La conception de l'être humain en logothérapie</b>	77
<b>5. Analyse existentielle et logothérapie</b>	87
<b>6. Au-delà de l'auto-actualisation et de l'expression de soi</b>	99
<b>7. Les fondements philosophiques de la logothérapie</b>	113

## DEUXIÈME PARTIE

### LES ASPECTS PHILOSOPHIQUES DE LA LOGOTHÉRAPIE ET DE L'ANALYSE EXISTENTIELLE

<b>8. Logothérapie et existentialisme</b>	131
<b>9. Les bases philosophiques de la psychothérapie</b>	141
<b>10. La pluralité des sciences et l'unité de l'homme</b>	146

<b>11. Déterminisme et humanisme</b>	165
<b>12. Temps et responsabilité</b>	179
<b>13. Qu'est-ce que le sens ?</b>	185

### TROISIÈME PARTIE

#### ASPECTS PARTICULIERS DE LA LOGOTHÉRAPIE ET DE L'ANALYSE EXISTENTIELLE

<b>14. La logothérapie face au défi de la souffrance</b>	197
<b>15. Religion et psychothérapie existentielle</b>	203
<b>16. Sur les épaules des géants</b>	214
<b>17. De la salle de conférence d'Auschwitz</b>	219
<b>18. La névrose collective de notre temps</b>	231

---

# AVANT-PROPOS

Georges-Elia Sarfati<sup>1</sup>

LA PARUTION en traduction française de *Retrouver le sens de la vie* marque un tournant dans la diffusion et la réception de la pensée philosophique et thérapeutique de V. Frankl (1905-1997). À proprement parler cet ouvrage procède d'un choix de textes dont l'inventaire, la sélection et l'agencement sont le résultat du travail patient et de la sûreté de jugement du professeur Alexander Batthyany, l'actuel directeur des Archives de l'institut Viktor Frankl de Vienne.

Les précédents titres de V. Frankl donnaient déjà accès aux grandes idées du fondateur de l'Existenzanalyse<sup>2</sup> et de la logothérapie : *Nos raisons de vivre*, familiarise le lecteur avec les principales notions de la thérapie centrée sur le sens<sup>3</sup>, le *Dieu inconscient* expose avec clarté en quoi consiste l'Analyse existentielle, situant par rapport à la psychanalyse historique, une anthropologie ainsi qu'une clinique qui valorisent la dimension spirituelle de l'être humain<sup>4</sup> ; enfin, *Ce qui ne figure pas dans nos livres*, permet de se faire une idée claire du contexte historique et intellectuel dans lequel les idées de Frankl ont vu le jour et ont pris corps<sup>5</sup>.

Si cette quatrième publication constitue un évènement éditorial, c'est que par ses contenus, elle représente un enrichissement de notre connaissance de la pensée intuitive et pertinente de Frankl, en proposant au lecteur – amateur sincère ou professionnel de la relation d'aide – toute la palette des grandes perspectives mais aussi des grandes notions de l'Analyse existentielle et de la logothérapie.

Cet ensemble inclut dix-huit contributions séminales, qui s'échelonnent entre l'année 1958 et l'année 1987. Ces trois décennies ont été les plus

---

1. Professeur des universités ; Directeur de l'École française d'analyse et de thérapie existentielle (Logothérapie) V. Frankl, [www.efrate.org](http://www.efrate.org) ; Chargé d'enseignement à la Faculté de médecine de Paris (DU de psychotraumatologie) ; Rédacteur en chef de la Revue francophone de victimologie.

2. Précisons d'emblée qu'en français ce terme de facture allemande se traduit par : Analyse existentielle, pour désigner un secteur de la psychiatrie et de la psychothérapie d'inspiration phénoménologique qui ne se confond pas avec la Daseinsanalyse de L. Binswanger et de son école.

3. V. Frankl, *Nos raisons de vivre. À l'école du sens de la vie*, Paris, InterEditions, 2009.

4. V. Frankl, *Le Dieu inconscient. Psychothérapie et religion*, Paris, InterEditions, 2012.

5. V. Frankl, *Ce qui ne figure pas dans mes livres*, Paris, InterEditions, 2014.

actives et les plus fécondes de Frankl, tant au point de vue de l'affinement de ses conceptions, que du parachèvement de ses idées cliniques. La plupart de ces textes sont, à l'origine, des études et des articles parus dans des revues spécialisées, mais, au fil du temps, devenus introuvables ou difficilement accessibles<sup>1</sup>.

Sans se confondre avec les grands textes qui ont valu à V. Frankl la renommée internationale qu'il a connue dès le début des années soixante – notamment avec la traduction nord-américaine de son témoignage de déportation<sup>2</sup> – à l'exception de l'Hexagone, dont le retard était aussi symptomatique que difficilement justifiable, le présent volume regroupe les aspects les plus fondamentaux de la pensée franklienne. De ce fait même, il permet d'approfondir la connaissance et la compréhension d'une œuvre riche de significations pour notre temps.

Les textes ici rassemblés dessinent d'amples perspectives qui n'excluent aucune des thèses, ni des méthodes qui font de l'Analyse existentielle et de la Logothérapie un vaste champ de réflexion ainsi qu'un domaine de pratique ouvert à ce qui constitue la dimension noétique/spirituelle, qui fonde le projet existentiel, comme un mouvement d'implication subjective qui confère une signification aux situations les plus concrètes.

Les grands thèmes de la pensée franklienne y sont directement exposés, explicités et remis sur le métier, avec un tel souci de cohérence, que leur reprise raisonnée produit de nouveaux rapprochements, et promet de nouvelles élaborations. L'auteur y aborde d'emblée le problème de la nécessaire réévaluation des présupposés de la psychologie et de la psychanalyse, en plaidant en faveur de la prise en compte, par ces domaines, de la « noésis », c'est-à-dire de la dimension spirituelle de l'être humain : dimension qu'il qualifie de « spécifiquement humaine », en regard du plan psychosomatique, que l'humanité partage avec toutes les espèces dotées d'un psychisme. Corrélativement, il objecte aux conceptions issues de la psychanalyse de se borner à la seule considération des besoins fondamentaux de l'être humain (principe de plaisir, principe de puissance), faisant valoir qu'une psychologie privée d'ancrage dans une anthropologie qui ne valoriserait pas la recherche du sens se tiendrait très en deçà de ce que l'*homo patiens* (l'homme souffrant) est en droit d'attendre du thérapeute.

---

1. Cette traduction reflète fidèlement le volume de textes de l'édition originale, à l'exception des deux études qui constituent la matière des chapitres 3 et 4 : « La logothérapie dans une coquille de noix », ainsi que « Pour un optimisme tragique », ont été respectivement publiés dans la revue *Controverse*, en 2007 et 2008. Ils ont été reproduits ici dans la mesure où ils constituent respectivement des versions plus abouties de deux réflexions portant sur les mêmes thèmes.

2. Cf. *Man search's for meaning*, 1959, 1962 et 1984, Washington Square Press, 1985, traduction française : *Découvrir un sens à sa vie avec la logothérapie*, traduit par C.J. Bacon et L. Drolet, Préface de G. Allport, et Préface de G. Marcel, Paris, J'ai Lu, 2013.

Partant, Frankl mène une critique très constructive des conceptions pan-déterministes de l'être humain, conceptions qu'il qualifie, avec raison, de réductionnistes et d'expressions contemporaines du nihilisme. Par sa condition même, l'être humain est limité et précaire, mais ses puissances et ses aptitudes à relever le défi des épreuves sont infinies. Cette hypothèse emporte une conception de l'existence comprise comme dynamique spirituelle, que vient menacer la possibilité de la crise, du déficit ou de la perte de sens. Dès lors, la visée du processus thérapeutique consiste à mobiliser la dimension spirituelle de la personne, elle en appelle respectivement à ses qualités de *transcendance*. Ce terme, loin de désigner une aptitude abstraite, fait directement référence à la possibilité proprement humaine de s'auto-distancier et de s'auto-dépasser.

Tout au long de ces pages, Frankl explique pourquoi la souffrance existentielle est inhérente à la condition d'*être* humain : le remède qu'elle appelle n'est pas la sempiternelle médicalisation, ni la psychiatrisation de la plainte, mais – quand la crise existentielle ne s'accompagne d'aucune pathologie spécifique – ce remède consiste dans l'écoute, l'attention maïeutique et le rétablissement de ce qui fait sens pour le patient.

L'ouvrage que l'on va lire porte la marque de la maturation de la pensée de V. Frankl, indissociable du souci constant de rendre son propos accessible au plus grand nombre. C'est aussi le mérite du professeur A. Batthyany d'avoir envisagé de répartir ce choix de textes tout au long de trois sections qui en explicitent les enjeux. Après avoir situé V. Frankl dans son époque, le préfacier s'est attaché, en une étude aussi complète que détaillée, à restituer les différents aspects d'un parcours spirituel, social, scientifique et thérapeutique d'emblée avant-gardiste. En reconstituant pas à pas la réflexion du pionnier de l'*Existenzanalyse*, il nous laisse entrevoir quelle fut la force de persévérance et l'extrême attention de Frankl à l'émergence d'une nouvelle forme de souffrance, qui n'avait jamais attiré que l'attention des philosophes, et avant eux des théologiens : l'ennui, la dérégulation, le mal-être lié à la frustration, à la détresse ou au vide existentiel, au fait de vivre en passant à côté d'une existence sensée. Il faut dire qu'ayant arpenté toutes les voies de la psychanalyse (Freud) et celle de la psychologie individuelle (Adler), en suivant l'exemple d'une médecine sociale généreuse, Frankl prit vite conscience – dans le contexte de la crise économique de 1929 – que l'indignité de certaines situations brise les existences. Mais la souffrance consécutive à l'exclusion, à la marginalisation ou à l'effondrement des valeurs collectives, lui fit percevoir que derrière la « névrose du chômeur » se profilait un nouveau mal du siècle, qu'il ne tarda pas à identifier sous le nom de « névrose noogène ». Par-delà les vues pénétrantes du freudisme, l'idée que la souffrance psychique puisse résulter d'une perte de sens éclaire d'un nouveau jour les thèmes du *Malaise dans la civilisation*.

Ce recueil de textes comporte trois parties. La première partie : *Les fondements de la logothérapie et de l'analyse existentielle* rassemble

les principales études que Frankl a consacrées à la dimension spirituelle/noétique, dans ses rapports avec la dimension psychosomatique. Il y fait notamment valoir en quoi la « noésis » peut être requise aux fins du processus thérapeutique, pour appréhender, délimiter et surmonter la souffrance. La deuxième partie : *Les aspects philosophiques de la logothérapie et de l'analyse existentielle*, caractérise de façon précise ce qu'il convient d'entendre par l'existence, comprise comme mouvement de concrétisation de valeurs de sens. Il y est notamment dit en quoi le projet existentiel se comprend pour chaque personne comme dynamique spirituelle en acte. La troisième partie : *Les aspects particuliers de la logothérapie et de l'analyse existentielle* regroupe des études qui développent une réflexion exigeante sur la souffrance, qui en renouvelle la définition mais aussi l'appréhension. L'auteur délimite de près l'idée de névrose noogène, dont le corrélat vécu comme senti ment du vide existentiel, conduit Frankl à affirmer qu'elle constitue la névrose collective de notre temps.

Le diagnostic franklien est à plus d'un titre actuel, puisqu'il est porté dans une époque de rupture continue de l'histoire du XX<sup>e</sup> siècle : la crise économique de 1929, ses ravages, la montée des totalitarismes, et leur héritage maléfique, sous le rapport de la destruction de la culture, mais aussi le démantèlement des généalogies, l'émergence d'un monde de plus en plus anémique, où les normes réifiantes se substituent aux valeurs d'humanité, au profit d'un culte généralisé de l'obsolescence et de la dérision. Ce n'est pas seulement Auschwitz, la Kolyma, et Hiroshima qui ont donné le ton de la désymbolisation, ce sont aussi les crises successives de la transmission auxquelles la pensée de V. Frankl propose de répondre par *une clinique du sens* dont l'envergure, autant que le principe de simplicité, peuvent nous aider à relever les multiples défis.

La lecture attentive des textes de V. Frankl nous convainc au moins d'une chose : nul ne saurait faire l'économie de la question du sens. De ce fait même, il est raisonnable de penser qu'au regard de l'ensemble du champ philosophique et thérapeutique, l'*Existenzanalyse* et la logothérapie occupent une position de surplomb. Cette situation est peut-être de nature à proposer un point d'unité aussi bien qu'un point de convergence à la diversité des référentiels existants, pour la raison simple que Frankl a explicitement étayé sa méthode en lui conférant toutes les caractéristiques d'*une thérapeutique de la résilience*.

Naturellement, la parution de *Retrouver le sens de la vie* est indissociable de la diffusion graduelle, mais certaine de l'Analyse existentielle et de la logothérapie en France, mais aussi dans le domaine francophone : la création de l'E.f.r.a.t.e en 2013, a permis de doter notre pays d'un dispositif de formation des analystes existentiels et des logothérapeutes de langue française, à la fois accessible et appuyé sur les standards intellectuels et les principes déontologiques recommandés par l'Institut V. Frankl de Vienne. L'institution de cette transmission favorise également la diffusion des textes, et constitue aussi une précieuse émulation pour la recherche



fondamentale, ainsi que la recherche appliquée<sup>1</sup>. Signe des temps, la réflexion sur les enjeux thérapeutiques du sens sont désormais partie intégrante du paysage intellectuel<sup>2</sup>, sans rien perdre de leur particularité.

Par voie de conséquence, la meilleure visibilité dont bénéficie aujourd'hui cette pensée pleine d'acuité, fertilise du même coup le champ thérapeutique, jusqu'à en renouveler ou à enrichir les pratiques. Pour que la réception des idées de V. Frankl se fasse dans les meilleures conditions, il fallait envisager un processus institutionnel croissant, liant l'information culturelle et l'enseignement continu. Parallèlement à l'action spécifique de l'École française d'analyse et de thérapie existentielles, il y eut plusieurs conférences, dans des lieux distinctifs : la FF2P, le Collège des Bernardins, l'École Normale Supérieure, la Fondation Del Duca, l'Institut Elie Wiesel, mais aussi PsychoPrat. Par ailleurs, la pensée de V. Frankl a d'abord été enseignée dans le cadre du Centre universitaire Sigmund Freud, elle fait aussi désormais partie intégrante des enseignements dispensés à la Faculté de médecine de Paris (notamment dans le cadre d'un Diplôme d'université). Enfin, la logothérapie a été intégrée en contexte hospitalier, à l'issue de plusieurs journées d'étude, depuis 2015, avec de bons résultats, grâce à l'indispensable concours d'Isabelle Delattre, dans le service d'oncologie de l'Hôpital Hartmann situé à Neuilly, dirigé par le Dr A. Tolédano<sup>3</sup>.

Puisse ce nouveau titre contribuer, si peu que ce soit, au décloisonnement des chapelles qui fleurissent dans « le monde psy », ainsi qu'à l'ouverture plus résolue des thérapeutes et des patients à une plus grande conscience des enjeux thérapeutiques de la question existentielle du sens. Si tel était le cas, nous nous estimerions entièrement justifiés d'avoir sensibilisé un nouveau public aux multiples apports d'une grande pensée, aussi pertinente, que salutaire.

---

1. Cf. G.-E. Sarfati, « V. Frankl : l'analyse existentielle et la logothérapie », in *L'Aide-mémoire de psychotraumatologie*, dir. M. Kédia-A.-Sabouraud-Seguin, 2<sup>e</sup> éd., 2013, pp. 26-39 ; « La phénoménologie et le mouvement existentiel en psychothérapie », in *Les fondements des psychothérapies. De Socrate aux neurosciences*, dir. M. Vinot-Coubetergues- E. Marc, Paris, Dunod, pp. 105-117.

2. Cf. A. Santarpià, *Introduction aux psychothérapies humanistes*, Paris, Dunod, 2016, en part. p. 44 et sq.

3. Il s'agit, au terme d'une expérience pilote, qui se fonde sur les précédents cliniques japonais (Dr H. Takashima) et nord-américains (Dr W. Breitbart), de développer des groupes de parole qui ont pour objectif la mise à distance de la maladie, et la réaffirmation d'orientation de sens. Comme cela a été établi, cette stratégie thérapeutique a des effets bénéfiques sur l'organisme, à commencer par la stabilisation, ou la régression de l'atteinte cancéreuse.



## *Introduction*

---

# VIKTOR E. FRANKL

et le développement de la logothérapie  
et de l'analyse existentielle

Alexander Batthyany

## 1923-1927 : DE LA PSYCHOLOGIE INDIVIDUELLE À LA LOGOTHÉRAPIE

En 1926, un étudiant en médecine, âgé de 21 ans, nommé Viktor Frankl, employa le terme de logothérapie pour la première fois, dans une conférence prononcée devant la Société Académique pour la psychologie médicale. Au cours des dix années suivantes, influencée par son travail de conseil dans les centres de conseils destinés à la jeunesse, qu'il avait contribué à fonder, grâce à sa formation en psychiatrie et en neurologie à l'hôpital psychiatrique viennois de Rosenhügel, Maria Theresien-Schössl, et à la clinique psychiatrique de Steinhoff, Frankl développa progressivement la logothérapie en un système indépendant qui est aujourd'hui connu sous le nom de Logothérapie et d'Analyse existentielle.

Au cours des années 20, Frankl n'était pas encore en mesure d'élaborer sa propre école de psychothérapie et de psychiatrie. En 1926, il définit sa problématique comme un programme thérapeutique et théorique susceptible de compléter la compréhension des névroses dans le cadre de la psychologie individuelle d'Alfred Adler. En d'autres termes, Frankl voulait élaborer une méthode thérapeutique plus appropriée, pour aider les patients dont le vécu menaçait les perspectives d'une thérapie réussie :

« Nul ne peut venir en aide à un pessimiste très intelligent et très sensé en lui conseillant de manger convenablement et de faire du sport, parce que

dans ce domaine – tout comme dans tous les autres domaines qui engagent son bien-être – sa propre philosophie ne lui donne aucune raison d’agir ainsi. Dans pareil cas, nous devons d’abord exercer une influence sur sa manière de juger la thérapie, de manière à poser les bases d’autres formes de traitement ; ce qui est donc en jeu, c’est la valeur qu’il accorde à la valeur d’une discussion qui aurait pour thème sa névrose ! » (Frankl, 1925, p. 250)

Dans le cadre de cette conception thérapeutique, Frankl travailla aussi sur une typologie phénoménologique détaillée d’un système des conceptions du monde erronées (par ex. Frankl, 1926a), et fut parmi les premiers au sein du mouvement de la Psychologie individuelle, à proposer une recherche phénoménologique portant sur les orientations névrotiques à l’égard de la vie. Il est intéressant de noter que ce système de classement n’a pas été retenu par la logothérapie moderne, même si Frankl utilisa une partie de ses vues, pensées autour de 1926, dans l’introduction de sa *Pathologie des Zeitgeists* (i.e., *Pathology of the times*, Frankl, 1949). Tandis que dans ce traité il décrivait les orientations anormales dans le contexte des expériences collectives de la Seconde Guerre mondiale, le premier travail était axé sur les perturbations de la vision du monde individuelle. En tant que telle, les faits décrits étaient abordés dans un cadre restreint, pour aider au diagnostic ainsi que de fil conducteur thérapeutique pour la pratique clinique.

Plusieurs raisons expliquent que Frankl ait écarté l’usage de ce système de classification : Tout d’abord, cela est dû au fait qu’en l’espace de quelques années, il avait développé la logothérapie et l’analyse existentielle comme une thérapie indépendante et complète, par lequel la classification des orientations névrotiques à l’égard de la vie avait perdu de son importance en regard des applications désormais plus larges de la nouvelle logothérapie et analyse existentielle. Ensuite, Frankl avait reconnu les limites de toute typologie, et de toute schématisation diagnostique étant donné les possibilités d’application plus vastes de la nouvelle forme de thérapie, et peu à peu il en vint à accorder une grande place à la relation avec la personne du patient, comprise comme socle de la psychothérapie. Toutefois, le système de classification élaboré par Frankl se présente comme un thème de recherche durable, à partir d’un modèle de diagnostic différentiel : par exemple, l’un est en mesure d’apprécier les modèles de la névrose intellectuelle dans le cadre de la logothérapie moderne, comme une forme personnelle spécifique de la névrose noogène. Ce cadre fournit des indications concrètes, favorables à une certaine ouverture thérapeutique, au lieu de céder à la tentation de faire prévaloir la catégorie typologique sur la personnalité des patients. En tout cas, les études de cas rapportées dans *Die Psychotherapie in der Praxis* (i.e., *Psychotherapy in Practice*) suggèrent que, dix plus tard, Frankl lui-même faisait encore référence à son système de classification.

La conviction affirmée par Frankl, selon laquelle il peut être nécessaire, avant d’entreprendre la thérapie, de discuter avec le patient pour l’aider à

prendre conscience de sa névrose, témoigne d'une conceptualisation de la Personne et de la maladie, qui montre que le succès de la thérapie dépend entièrement de la volonté et de la lucidité du patient. En soi, il ne s'agit pas d'une idée fondamentalement nouvelle – tout clinicien et tout thérapeute sait que les patients n'ont pas le même degré de motivation au moment de commencer une thérapie. Cependant, ce qui est nouveau c'est la tentative de Frankl pour comprendre la raison pour laquelle de tels écarts existent entre la motivation et l'expression d'une orientation à l'égard de la vie, et de voir celles-ci comme relativement indépendantes de la perturbation névrotique, en leur accordant l'importance qu'elles méritent :

« *A priori*, il ne va pas de soi de considérer que ce que nous appelons pathologique pourrait être faux. Il n'est en rien certain que ce que nous considérons – par exemple dans la perspective de la psychologie individuelle – comme une opinion intellectuelle ou une évaluation inadaptée soit par principe erroné. » (Frankl, 1926a, p. 9)

En d'autres termes, ces indices ne sont en aucun cas des éléments conclusifs, ni même des symptômes de perturbation, si le patient a des doutes sur le sens de sa vie. Dans certaines conditions, et compte tenu de certaines conceptions philosophiques, cela peut paraître logique et cohérent. Par conséquent, il y a peu de chance de modifier la situation de vie globale du patient en réussissant à traiter la maladie physique ou mentale dont il souffre. Grâce à cette compréhension, Frankl dissocie la névrose du patient de son état d'esprit. Ce dernier peut témoigner de traits pathologiques, mais pas le premier – en tout cas pas nécessairement. Pour la raison qu'il n'est pas un symptôme pathologique en tant que tel.

D'un autre côté, il est encore plus évident que certaines attitudes à l'égard de la vie peuvent aggraver certains symptômes ou compromettre dès le début les chances de réussite de la thérapie. Même après une thérapie réussie, certaines attitudes à l'égard de la vie disposent statistiquement à un plus grand risque de rechute. C'est pourquoi il est nécessaire dans les phases liminaires et les phases de suivi de la thérapie d'amener les patients à une vision du monde personnelle appropriée, ou de leur faire entrevoir la possibilité d'une approche positive de l'existence. Rudolph Allers, qui fut le mentor et le premier maître de Frankl, a aussi défini le « but de tous les efforts thérapeutiques (...) comme une entreprise visant à réconcilier la personne et le monde » (Allers, 1963/2005, 12). Il y a de nombreuses raisons de croire que cela ne se produit pas automatiquement lorsque la symptomatologie de la maladie originale est ramenée à un seuil tolérable ou qu'elle est entièrement soignée.

Cela est dû au fait que même après une thérapie réussie, la maladie laisse sa trace dans la biographie et dans l'histoire de chaque patient, ce qui a aussi pour effet d'altérer leur philosophie de la vie. En même temps, le traitement psychiatrique ou psychothérapeutique ne peut pas se donner pour objectif de supprimer la biographie et l'histoire de vie du patient : Tout d'abord, il est douteux que l'on puisse y parvenir, eu égard au cadre

éthique de la psychothérapie ; et même si c'était le cas, une telle action contredirait la compréhension que la logothérapie se fait de la personne et de sa dignité. Tout au plus, il appartient à la psychothérapie, dans la phase qui suit immédiatement la thérapie d'amener le patient vers une acceptation libre, élégante et réaliste de sa propre vie, en sorte que, sur cette base, il puisse aller de l'avant et se développer harmonieusement.

Un peu avant, en 1923, Frankl avait observé que certaines façons de vivre, erronées et rigides, dont l'étiologie ne peut pas seulement être attribuée à des causes mentales ou physiques, s'enracinent dans les dimensions spirituelles et philosophiques de la personne. À cette époque, le jeune Frankl évoquait la possibilité d'une « maladie spirituelle au véritable sens de ce mot, et non au sens clinique et médical, parce que je parle d'esprit et non de psychisme » (Frankl, 1923). Depuis lors, cette observation a été confirmée de manière empirique (par ex. Moomal, 1989 ; Stewart *et al.*, 1993 ; Testoni-Zamperini, 1998 ; McHoskey *et al.*, 1999).

Déjà à l'université, à l'époque où il était étudiant, et même au lycée, les premières théories de Frankl avaient anticipé les développements de la psychologie, qui seront acceptés des décennies plus tard par la communauté scientifique, dans le contexte de ce que l'on appelle « la Révolution cognitive ». Il existe aujourd'hui un large consensus sur le fait que toute recherche psychologique digne de ce nom doit prendre en considération la diversité des préoccupations humaines, des attitudes et des conceptions. Seuls quelques modèles persistent aujourd'hui à ignorer les motivations spirituelles et les préoccupations humaines, en les considérant comme « n'étant que », dans le contexte de l'idéologie réductionniste, et qui cherchent à leur substituer la dynamique pulsionnelle ou les conceptions comportementales.

Nous pouvons conjecturer que l'intérêt précoce de Frankl pour la spiritualité et pour la personne n'a pas peu contribué à éroder sa loyauté à l'égard de ses deux premiers maîtres, Freud et Adler. En même temps, il apparaît qu'au début il n'était pas pleinement conscient de la distinction qu'il esquissait entre le spirituel et le mental. Il est aussi possible qu'il fut un temps tenté de capituler devant l'influence de son premier grand maître, Sigmund Freud.

La première publication scientifique dans l'*Internationalen Zeitschrift für Psychoanalyse* signala véritablement le jeune Frankl comme un penseur original : dans cette étude, il entendait expliquer les expressions faciales de l'affirmation et de la négation comme des prolongements des contractions coïtales et des réactions liées à la nausée. Mais même dans cette perspective, il céda apparemment à la tentation de rapporter les questionnements humains fondamentaux au substrat psychodynamique, niant explicitement que l'affirmation et la négation puissent entretenir un lien quelconque avec un enjeu spirituel :

« Nous ne sommes pas en mesure de faire porter notre *recherche* sur les origines des expressions faciales de l'affirmation et de la négation, de

façon à interpréter les mouvements de tête comme les symboles d'une affirmation ou d'une négation intellectuelle (...), partant, nous ferons seulement référence aux deux instincts vitaux élémentaires – l'instinct nutritif et l'instinct sexuel – pour expliquer ce phénomène. » (Frankl, 1924)

Il n'est pas facile de reconnaître le fondateur de la logothérapie et de l'analyse existentielle en lisant ces lignes. Mais peu après cette publication, Frankl commença à s'éloigner de la psychanalyse de Sigmund Freud et se tourna vers la psychologie individuelle d'Alfred Adler. En dehors de sa tentative infructueuse de faire de commencer une analyse avec Paul Federn, de nombreuses autres raisons pourraient sans doute expliquer le fait que Frankl se soit éloigné de la psychanalyse. La première tient peut-être au fait que son réel intérêt pour la philosophie et son implication sociale dans la communauté philosophique étaient ignorés de la psychanalyse – le fait est que les publications suivantes de Frankl traitaient précisément de ces deux thèmes. De plus, il avait dû prendre assez vite conscience que le modèle psychanalytique ne décrivait qu'une partie de la réalité psychique, un psychisme dont les aspects supérieurs couraient constamment le danger d'être « pathologisés » par la psychanalyse, en raison de sa tendance à précisément à interpréter en termes psychopathologiques les préoccupations philosophiques et métaphysiques du patient, au lieu de les reconnaître et de les prendre en considération dans un cadre thérapeutique adéquat.

Ces idées furent aussi formulées dans la première publication que Frankl fit paraître au sein de l'école de psychologie individuelle. C'est seulement un an après avoir publié dans l'*International Zeitschrift für Psychoanalyse*, que Frankl publia un article qui anticipait sur de nombreuses perspectives de son œuvre ultérieure. C'est ainsi que dans *Psychotherapie und Weltanschauung* (i.e, Psychothérapie et vision du monde) Frankl écrit :

« Les patients névrotiques ne peuvent pas être heureux parce qu'ils ne se sont pas accomplis dans leur vie, parce qu'ils méprisent leur vie, la dévalorisent et la haïssent. C'est la tâche du psychothérapeute d'amener les patients à aimer de nouveau leur vie, d'encourager leur désir de socialité, et sans s'encombrer de preuves empiriques, il peut y parvenir grâce à une discussion sur la valeur de la vie (...) » (Frankl, 1925)

Le contraste entre ces deux extraits – il est difficile d'être plus contrastés – peut en partie s'expliquer par l'intervalle de trois années qui les sépare, trois années pendant lesquelles Frankl est revenu à son concept original de noésis, comme à celui de dimension noétique. Non seulement il y est revenu, mais il a aussi tâché d'en faire des concepts utiles pour la thérapie, dans le cadre de la psychologie individuelle, en conférant à cette dernière une plus grande extension.

En 1926, Frankl fait figure de partisan très actif du mouvement adlérien : entre autres choses, parce qu'il participe régulièrement aux rencontres de

dialogue qui réunissent les membres de la psychologie individuelle au Café Siller, mais aussi en tant qu'éditeur d'une Revue « pour la diffusion de la psychologie individuelle » (i.e., *Der Mensch im Alltag*, traduit sous le titre : *La personne dans la vie quotidienne*). Déjà en septembre de la même année, il a l'intention de présenter ses conceptions, au Congrès international de psychologie individuelle, qui a lieu à Düsseldorf.

À cette époque, Frankl a sans doute déjà rencontré son mentor Rudolph Allers, qui lui aussi, tout comme Frankl, a rompu avec Sigmund Freud. Allers s'est rapproché du cercle d'Adler au début de 1925. Frankl sera l'assistant d'Allers entre 1925 et 1926 à l'Institut de Psychologie de l'université de Vienne, période pendant laquelle Allers mène des recherches sur les aspects sensoriels et psychologiques de la perception des couleurs. Avec Oswald Schwartz, le futur fondateur de la psychosomatique, Allers préside la tendance anthropologique du mouvement de psychologie individuelle. Il imprima à cette tendance une orientation philosophique et devint le responsable de cette mouvance. Cependant, il résulta de cette affirmation un certain nombre de conflits avec le noyau orthodoxe de la psychologie individuelle. Le cercle d'Allers, Schwarz et Frankl développait en particulier deux critiques à l'encontre de la théorie d'Adler. Elles peuvent se résumer à la critique du caractère unidimensionnel de l'être humain dans la psychologie individuelle. Tout d'abord, cette critique consistait à objecter à Adler sa conception mono-causale de la névrose, puisqu'il tendait à déduire les troubles psychiques presque exclusivement des conflits entre sentiments d'appartenance, pouvoir et recherche de la puissance ; d'autre part, les auteurs de cette critique considéraient que le projet d'une conception philosophique et anthropologique compréhensive était menacé dans le cadre de la psychologie individuelle, parce qu'Adler appréhendait les valeurs avant tout du point de vue de leur caractère d'utilité sociale et psychologique qu'elles revêtaient pour la personne, échouant ainsi de distinguer, comme il se doit, entre les règles et les valeurs (Allers, 1924 : 10 et sq). Une règle décrit au mieux des cas et des possibilités en vue de la réalisation des valeurs, sans pour autant être elles-mêmes des valeurs. De surcroît, la plupart du temps, le consensus social tend à se faire de manière sur des normes, qui tendent elles-mêmes à s'imposer comme des valeurs, alors qu'elles peuvent aussi bien incarner des valeurs que des contre-valeurs. Du point de vue d'une épistémologie conséquente des valeurs, la personne est non seulement responsable de la communauté, mais par-dessus tout, elles sont responsables de leurs propres valeurs, de leurs propres intuitions et de leur propre conscience. Cela vaut tout particulièrement lorsque les valeurs s'affirment contre les normes dominantes ou leur utilité ordinaire. Dans une considération en forme de bilan de sa carrière, Allers écrivit plus tard :

« Lorsqu'une statistique est rejetée, il n'est nul besoin d'une explication supplémentaire pour poser une ligne de démarcation. Il est évident que seule la moyenne correspond à ce qui est normal si elle s'exprime dans



une situation où le phénomène normal constitue une majorité notable. Cependant, cela signifie qu'il faut être au clair avec soi-même pour savoir ce qui est "normal" avant d'utiliser des données statistiques. Dans une population où 99 % montre des signes de tuberculose, le 1 % restant demeure représentatif de la normalité. Cela est vrai des maladies, comme des autres aspects de l'existence humaine. Les statistiques qui portent sur la moralité ne peuvent fournir aucune preuve de ce qu'est la norme en matière de moralité ; cette dernière doit être définie, de manière à faire correctement usage des statistiques. » (Allers, 1963/2005 : 123)

À l'instar d'Allers et de Schwarz, Frankl avait l'espoir de réformer la psychologie individuelle de l'intérieur, et de promouvoir sur des solides fondations une conception philosophique et anthropologique cohérente (Frankl, 2002 : 43). En 1927, après le Congrès de psychologie individuelle de Düsseldorf, Frankl se détourna des postulats de l'orthodoxie adlérienne, en affirmant sa conception de la névrose, comme ne résultant pas seulement d'une conjonction de facteurs, mais comme étant aussi une expression authentique de la personne. Il en résulta un accroissement des dissensions entre la mouvance anthropologique de la psychologie individuelle et Adler lui-même ; cela conduisit à une rupture publique, peu après :

« Puis vint (...) ce fameux soir de 1927 au cours duquel Allers et Schwarz parurent en public et donnèrent les raisons de leur départ annoncé de la Société de psychologie individuelle. La réunion eut lieu dans le grand amphithéâtre de l'Institut d'Histologie de l'Université de Vienne. Dans les derniers rangs siégeaient quelques freudiens qui regardaient avec engouement le spectacle, et ce qui se produisait maintenant contre Adler n'était pas différent de ce qui s'était produit contre Freud, à l'époque où Adler avait démissionné de la Société de psychanalyse. » (Frankl, 2002 : 42 et sq)

En 1927, quelques mois après que Rudolph Allers et Oswald Schwarz aient annoncé leur départ de la Société de psychologie individuelle, Frankl fut exclu de la Société, à la demande d'Adler, sous le motif de « conceptions non orthodoxe ».

## 1927-1930 : LA PSYCHOLOGIE DE L'ADOLESCENT

Pour Frankl, l'éclatement de la psychologie individuelle signifiait non seulement la fin de l'illusion qu'il était alors possible de réformer de l'intérieur l'école de psychothérapie viennoise la plus ouverte d'esprit, mais il perdait de surcroît un lieu de parole important dans lequel il aurait pu discuter ses idées et la question du développement de la psychologie individuelle avec Adler et ses associés les plus proches.

Au même moment, les années qui allaient suivre apportèrent de nouveaux changements pour Frankl et sa conception. Son expulsion fut suivie d'une période très active au cours de laquelle Frankl accumula une

grande expérience dans ses activités pratiques de conseil. Dès 1926, il souligna, dans de nombreuses publications (ex. Frankl, 1925*b*, 1926*c*) la nécessité d'une prise en charge psychologique pour les adolescents. Il y était encouragé par l'initiative de Wilhelm Børners qui avait fondé à Vienne des centres de conseil pilotes, pour les gens qui étaient las de la vie. De telles initiatives avaient certes déjà cours à Vienne, grâce aux tenants de la psychologie individuelle et les pionniers de la psychiatrie sociale autrichienne ; mais ces centres de conseil s'adressaient surtout aux parents et aux éducateurs, et non aux adolescents eux-mêmes. Bien entendu, leurs préoccupations et leurs problèmes étaient au cœur de cette activité :

« Quiconque connaît la psychologie des adolescents sait très bien quels sont leurs principales préoccupations. Mais le fait est que nous avons bien peu de choses à proposer aux jeunes gens, pour répondre aux questions qu'ils se posent au sujet de leur vie, en regard des conflits qui les agitent ; il appartient à ceux qui savent juger de le faire et de se montrer prêts à les aider. Ni les relations entre parents et enfants, dans la mesure où elles ne sont pas particulièrement exemplaires, ni les relations qu'entretiennent les adolescents avec leurs éducateurs ne les encouragent à dire ce qu'ils ont dans le cœur ni à demander conseil. Ils dépendent d'amis qui manquent complètement de maturité et de connaissance, et sont abandonnés à eux-mêmes et à leurs soucis (...) Pour ce qui est du compte rendu, nous sommes surtout attentifs à l'exigence ainsi qu'aux possibilités qu'offrent les établissements de conseils pour la jeunesse ; nous cherchons à faire porter le débat sur leur formation et à faciliter leur activité, de préférence de façon douce et active, parce que le temps c'est de la vie. » (Frankl, 1926*b* : 8)

Après leur départ de la Société de psychologie individuelle, avec ses anciens collègues du cercle d'Adler – parmi lesquels se trouvaient Rudolph Allers, August Aichorn, Wilhem Børner, Hugo Lukas, Erwin Wexberg, Rudolph Dreikurs, et Charlotte Bühler-Frankl répondit à la demande qu'il avait lui-même formulé. En 1928, tout d'abord à Vienne, et par la suite dans six autres villes d'Europe, sur le modèle viennois, Frankl organisa des centres de conseil destinés à la jeunesse, dans lesquels les adolescents en détresse émotionnelle bénéficiaient d'une prise en charge psychologique, gratuitement et anonymement. Cette activité de conseil avait lieu dans l'appartement ou dans le bureau du collaborateur volontaire – et ce fut le cas pour Frankl, qui reçut, à Vienne, dans l'appartement de ses parents, au 6 Czerningasse, à Leopoldstadt, ce même appartement qui est mentionné dans toutes ses publications et sur tous les dépliant, comme adresse de contact pour l'orientation des adolescents vers les centres de conseil.

Compte tenu du fait que Frankl comblait une lacune importante dans la prise en charge du public de Vienne, il n'est pas surprenant que les demandes de consultation et de conseil se multiplièrent, et que le travail des centres de conseils fut un véritable succès. Le succès de ce travail, autant que la nécessité de le faire, ont été rétrospectivement évoqués

par Frankl dans plusieurs articles, où il revient sur son activité de jeune conseiller. Dans ces articles, Frankl parle d'environ 900 cas de consultation qu'il dû traiter lui-même (Frankl, 1930 ; Frankl, 1935a ; Fizotti, 1995), et en même temps, pose un bilan mitigé de ce qu'était alors la situation des adolescents viennois : au moins 20 % de ceux qui venaient en consultation montraient « un dégoût persistant de la vie et pensaient au suicide » (Frankl, 1930).

À partir de 1930, Frankl fut particulièrement attentif à l'augmentation considérable du suicide en milieu étudiant dans la période qui suivait la remise des résultats. La même année, Frankl organisa la première campagne spéciale en faveur du conseil dans les milieux étudiants, en se montrant particulièrement attentif à la période critique de la fin de l'année :

« Les conseillers de Vienne ont créé des centres pour la jeunesse, tout spécialement afin d'offrir une sorte de service permanent dès le jour de la remise des résultats, aussi bien que dans les jours qui précèdent ou suivent cette échéance (...) Il suffirait qu'un seul de ces enfants viennois en consultation pour justifier l'existence de l'activité ; mais cette initiative sera couronnée de succès et – en ce qui concerne l'activité de conseil à la jeunesse, en tant que telle, – fera de Vienne le meilleur exemple d'un modèle destiné à inspirer de semblables programmes de bien-être à l'étranger. Nous sommes très heureux de constater qu'au fil du temps, les responsables de l'école publique se sont joints à la nouvelle campagne d'information (...) Tandler, le conseiller municipal a même déclaré : « À Vienne, aucun enfant ne doit mourir de faim ! », ce à quoi nous ajoutons : À Vienne, aucun enfant ne doit souffrir de détresse psychologique, sans savoir que quelqu'un peut lui venir en aide ! Dans cet esprit, puissent notre appel et la campagne que nous lançons recueillir un vrai succès. » (Frankl, 1931)

Dès la première année – en 1930 – la campagne fut un grand succès, et le taux de suicide parmi les étudiants diminua considérablement. En 1931, pour la première fois depuis plusieurs années il n'y eut pas un seul suicide. Ce succès fut reconnu par les media, comme en témoigne Frankl : « Le jeune médecin, Viktor Frankl, a eu l'idée extraordinaire d'ouvrir des centres de conseil pour la jeunesse de Vienne » (cité par : Dienelt, 1959), écrivit le rédacteur en chef d'un journal viennois, le 13 juillet 1931.

Frankl était un « jeune médecin » depuis 1930 – il avait brillamment terminé ses études de médecine et commençait maintenant sa spécialisation en psychiatrie et en neurologie, dans l'un des quatre hôpitaux les plus réputés de Vienne. Dans ce contexte, grâce à ses patients, il aurait l'occasion de préciser ses conceptions et d'affiner ses vues, ce qui allait s'avérer déterminant pour la logothérapie et l'analyse existentielle naissantes. Jusqu'au moment de la publication de *Der Mensch im Alltag*, et durant la période de conseil auprès des étudiants, il s'était surtout occupé de prophylaxie et d'hygiène mentale. À présent, dans le champ

plus étroit de la psychiatrie, il serait en mesure de développer son modèle thérapeutique.

Un texte daté de 1933 montre à quel degré de maturité était parvenue la réflexion de V. Frankl, bien que sa signification historique, pour la recherche en logothérapie, ait été assez relevée jusqu'à présent. Dans ce texte, où se trouvent la plupart des concepts fondamentaux de la logothérapie et de l'analyse existentielle, Frankl décrit la détresse mentale et noétique du chômeur, qu'il n'interprète pas seulement d'un point de vue social et économique, mais plutôt comme le résultat d'un déficit de sens. À côté des fins de la thérapie, telles que les conçoivent Freud et Adler – le principe de plaisir et la possibilité de travailler – Frankl théorise une autre finalité de la thérapie, à savoir la capacité humaine de faire face à une situation qu'il ne peut pas changer :

« Ce dont le segment de la jeunesse, atteint par l'apathie, la dépression et la névrose, manque plus que de travail – d'activité professionnelle en tant que telle – c'est du sentiment de ne pas vivre sans raison. Les jeunes réclament très fortement une raison de vivre, un but et un objectif dans la vie, une existence sensée, comme ils le font pour le travail et le pain. Les jeunes gens désespérés qui se tournent vers moi, me demandent de les occuper en les envoyant faire des courses, ou ils me font des propositions grotesques (L'un d'entre eux, après chaque heure de consultation – ce qui indique qu'à cette époque beaucoup de gens passaient dans mon appartement – se précipite pour faire le ménage). (...) Mais, de l'autre côté, nous connaissons nombre de jeunes gens et de jeunes filles qui se conduisent comme de véritables héros. Le ventre vide, ils travaillent pour une organisation ou pour une autre ; par exemple, ils travaillent comme assistants bénévoles dans des bibliothèques, ou bien ils rendent services administratifs dans des centres d'éducation pour adultes. Ils sont pleins de dévotion pour une cause, pour une idée, peut-être même pour un combat qu'ils seraient prêts à livrer pour des temps meilleurs – pour un nouveau monde qui apporterait même une solution au problème du chômage. Ils remplissent d'occupations, toutes aussi valables les unes que les autres, le trop-plein de temps dont, avec regret, ils disposent. J'ai le sentiment que nous avons tendance à sous-estimer la nouvelle génération : en regard de leur aptitude à endurer la souffrance (en dépit de tout, ils ont bonne contenance), et compte tenu de leur capacité à aller jusqu'au bout de ce qu'ils entreprennent. » (Frankl, 1933)

Dans le même article, nous trouvons pour la première fois la notion de *valeurs d'attitude* associée à celle de souffrance inévitable, la notion de *valeurs de créativité* en regard de celle de souffrance surmontable, et la notion de névrose noogène, non pas comprise comme une donnée psychologique, mais plutôt comme une souffrance spirituelle ; ainsi que le dialogue socratique entendu comme une méthode thérapeutique pour le traitement du *vide existentiel* :

« C'est dans cet esprit que je pose la question à la jeunesse en proie au découragement, en lui demandant si elle croit vraiment que ce qui fait que