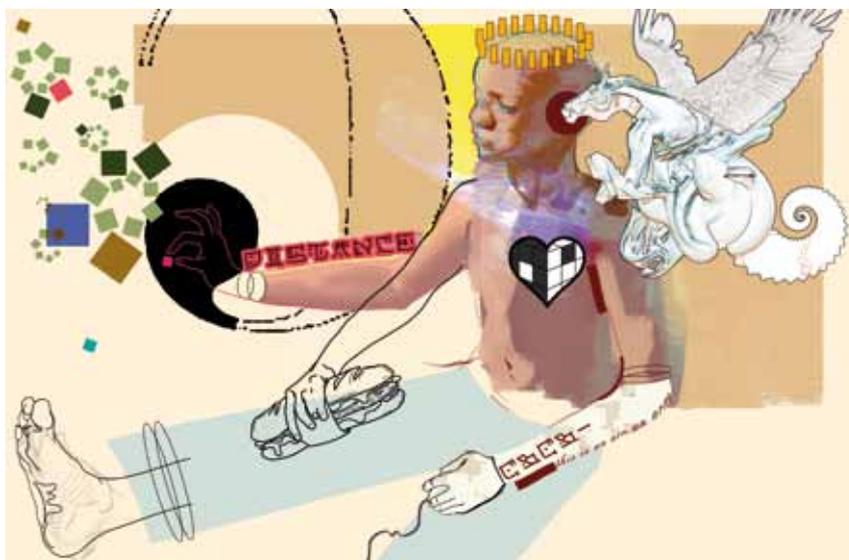


Serge Tisseron

Psychiatre, membre de l'Académie des technologies
Docteur en psychologie habilité à diriger des recherches, Université Paris VII
www.sergetisseron.com

Du virtuel psychique au virtuel numérique



Nous savons depuis André Leroi-Gourhan que l'être humain externalise ses capacités physiques et mentales d'intervention sur le monde dans divers objets technologiques, qui vont du simple outil qui prolonge sa main au véhicule qui roule tout seul en passant par la machine à calculer. Mais nous peinons encore à comprendre, et à accepter, qu'il externalise exactement de la même manière ses processus de défense psychique.

Prenons le langage. Il s'agit d'un formidable outil qui permet de découper le monde en catégories, de se l'approprier, de l'anticiper et de le communiquer. Mais chacun sait bien que pour se convaincre soi-même qu'une chose existe alors qu'elle n'existe pas, ou qu'à l'inverse elle n'existerait pas alors qu'elle existe, la meilleure façon de s'y prendre est de devenir un prosélyte de la croyance à laquelle on a décidé d'adhérer. C'est la même chose avec les images matérielles que l'homme crée depuis les origines de l'humanité. Elles lui permettent de mieux se représenter le monde, mais tout autant de rendre plus efficaces les processus psychiques par lesquels il tente de le fuir. D'un côté, il s'agit d'outils que l'être humain s'est donné pour mieux penser le monde et l'organiser ; et d'un autre côté, il s'agit tout autant de moyens qui lui permettent de renforcer son déni de la réalité, si c'est ce qu'il souhaite.

Ce qu'on appelle aujourd'hui « réalité virtuelle » n'échappe pas à cette polarité.

Qu'est-ce que le virtuel ?

C'est à Aristote que l'on doit la première définition du mot, au troisième siècle avant J.-C. Pour lui, les mots « virtuel » et « potentiel » sont synonymes. L'exemple qu'il donne est celui

de l'arbre qui contient potentiellement (et pour lui virtuellement) l'arbre adulte. La graine ne donne pas forcément un arbre car elle peut être mangée par un oiseau, mais elle ne peut donner qu'un arbre, et cela au bout d'un temps forcément long.

Bien que Descartes ait défini à son tour le virtuel – rappelons-nous de la capacité des miroirs de « donner d'un objet réel une image virtuelle » -, c'est à Aristote que Gilles Deleuze puis Pierre Lévy, font référence lorsqu'ils tentent de redéfinir le terme dans les années 1980. Pour ces deux philosophes, il est essentiel de distinguer entre potentiel et virtuel : le potentiel s'oppose au réel de telle façon que ce qui est potentiel peut advenir dans la réalité au bout d'un temps très long, tandis que le virtuel s'oppose à l'actuel de telle façon qu'il peut advenir dans un temps très bref. La graine contient potentiellement l'arbre, mais le propre du virtuel est d'anticiper une actualisation, exactement comme un contenu de mon ordinateur peut apparaître instantanément à mes yeux au moment où j'appuie sur un bouton.

« Le virtuel psychique est ainsi distinct à la fois du fantasme et de l'imaginaire. »

Depuis, le mot a été mis à toutes les sauces. Il a été ainsi question d'images « virtuelles » jusqu'à ce qu'il soit admis que toute image est réelle par la présence qu'elle nous impose. On a parlé aussi de « communautés virtuelles », mais comme les individus qui les constituent sont bien réels, ces communautés le sont aussi. L'expression de « réalité virtuelle » s'est imposée dans les années 2000 pour désigner une simulation informatique concernant des environnements réels ou imaginaires, à la fois immersive (impliquant idéalement les cinq sens) et interactive (avec des objets numériques et d'autres humains, la rencontre avec leurs avatars numériques pouvant organiser la transformation des réalités correspondantes). On y préfère aujourd'hui l'expression « virtualité réaliste ».

Du virtuel psychique

Revenons à la définition de Gilles Deleuze et Pierre Lévy. L'idée la plus forte présente chez eux, à savoir la capacité du virtuel à s'actualiser à tout moment, m'a en effet incité à définir l'existence d'un virtuel psychique¹. Sous cette expression, j'ai désigné l'ensemble des représentations d'anticipation qui nous permettent d'entrer en contact avec le monde en ayant celui-ci présent à l'esprit. Lorsque je parle avec une personne, ne serait-ce que pour lui demander mon chemin, il est important que j'ai une représentation de cette personne comme susceptible de pouvoir m'écouter et me répondre. Il vaut mieux que je ne l'aborde pas en pensant à mes difficultés familiales ou à mes démêlés avec mon employeur. Si de telles images accaparent ma pensée, je risque de demander mon chemin avec une inquiétude ou une colère excessive. Le virtuel psychique est ce qui nous permet de gérer une relation en

¹ Tisseron, S. (2012). *Rêver, fantasmer et virtualiser. Du virtuel psychique au virtuel numérique*. Paris : Dunod.

situation. Il s'agit donc d'un formidable outil pour organiser notre relation au monde. Il est en même temps toujours sensible au retour de la réalité. Si j'aborde une personne dont je pense qu'elle est susceptible de me répondre et qu'elle ne me répond pas, il est important que j'en prenne acte et demande à une autre personne. Je change aussitôt ma représentation de cette personne. De quelqu'un susceptible de me répondre, elle devient quelqu'un qui ne me répondra pas.

Le virtuel psychique est ainsi distinct à la fois du fantasme et de l'imaginaire. Il est une préparation à la relation au monde dont il est important de reconnaître l'extrême fragilité, ou plutôt l'extrême labilité par rapport aux expériences immédiates que le monde m'impose. Alors que je tiens à mes fantasmes et à mon imaginaire, le virtuel psychique est cette zone de ma conscience qui ne cesse jamais de se modifier sous l'effet des expériences sensorielles que je fais de mon environnement.

Ce virtuel psychique est donc un formidable outil pour approcher le monde². Mais à condition qu'il reste à tout moment l'un des deux pôles à travers lesquels nous organisons notre relation au monde. Le second de ces pôles est en effet constitué par l'ensemble des informations que nos organes de sens et nos capacités cognitives nous donnent de la réalité du monde. Lorsque cette dynamique fonctionne, le virtuel psychique permet de définir un type particulier d'objet auquel s'attache un type particulier de relation : l'objet virtuel auquel correspond une relation d'objet virtuel. De telle façon que toute relation d'objet qui tient compte de la réalité du monde est partagée entre une relation d'objet virtuel et une relation d'objet réel, notre gestion de l'environnement oscille sans cesse de l'une à l'autre pour tenir compte à la fois de l'une et l'autre : nous ne pouvons transformer le monde qu'en cherchant à le rendre adéquat à la représentation d'objet virtuel que nous en avons, mais nous ne pouvons en même temps le faire évoluer que si nous prenons en compte l'ensemble des informations que nos sens nous donnent sur sa réalité.

Hélas, les choses ne fonctionnent pas toujours aussi bien, dans ce va-et-vient entre virtuel et actuel, virtualisation des informations prélevées sur le monde et actualisation du modèle virtuel que nous en avons. L'être humain peut en effet s'engager dans ce que j'ai proposé d'appeler une relation d'objet virtuel. Il s'agit d'une relation dans laquelle le virtuel psychique encombre totalement l'espace mental de telle façon qu'aucune évolution n'est possible. La caractéristique de la relation d'objet virtuel est de devoir évoluer absolument comme je l'anticipe et ne pouvoir évoluer d'aucune autre façon. Elle peut prendre de nombreuses formes étudiées par la psychanalyse : relation narcissique, relation manipulatoire, relation perverse, etc.

Rêvasser, rêver, imaginer, avec les écrans aussi

Si on peut transformer ou fuir le monde sans écran, on peut le faire encore mieux avec. Commençons par la fuite. Celui qui désire ne pas penser à une réalité à laquelle il lui semble impossible de faire face cherche à y satisfaire des désirs d'emprise et de toute puissance qui sont dissociés à la fois de

sa vie sociale concrète et de son imagination. Les écrans sont de formidables potions d'oubli et les mondes virtuels viennent en tête.

Mais les espaces de nos écrans peuvent aussi constituer des supports de rêverie. À la différence de ce qui se passe dans le cas précédent, la rêverie assistée par ordinateur met en scène les désirs propres de celui qui s'y adonne. Ce n'est plus le désir de toute puissance qui est au premier plan, mais la possibilité de réaliser dans l'imaginaire des désirs qui trouvent leur origine dans des situations de la réalité.

Enfin, il est possible d'utiliser les mondes numériques comme des espaces de médiation et de rencontre. Leur usage est alors au carrefour des enjeux de la vie psychique intime de l'utilisateur et de ses préoccupations sociales. C'est aussi le cas du thérapeute qui utilise un ordinateur ou une console de jeu comme un outil de médiation, exactement de la même façon que d'autres peuvent utiliser du papier, des crayons de couleur ou de la pâte à modeler.

En conclusion

Les outils numériques nous permettent de reproduire, avec une intensité démultipliée, les deux formes de relations que nous entretenons avec notre virtuel psychique : d'un côté la relation à un objet virtuel comme pôle d'une relation qui prend sans cesse en compte la réalité, et d'un autre côté la relation virtuelle qui dénie la réalité. C'est pourquoi ces outils offrent de formidables possibilités en chirurgie, en santé mentale et en science en général, mais ils peuvent tout autant faciliter l'isolement de leurs utilisateurs sur des chimères. L'étonnant serait qu'il en soit autrement. L'externalisation de nos possibilités mentales ne peut pas concerner seulement ces aspects développementaux car le déni de la réalité en fait tout autant partie. Et les casques de réalité virtuelle commercialisés fin 2016 vont évidemment être mis au service de ces deux possibilités³.

« Il nous appartient donc d'apprendre à utiliser ces outils de la bonne façon. C'est le but des balises « 3-6-9-12 » calées sur quatre âges clés de la vie. »

Il nous appartient donc d'apprendre à utiliser ces outils de la bonne façon. C'est le but des balises « 3-6-9-12 »⁴ calées sur quatre âges clés de la vie : 3 ans, l'entrée possible en maternelle ; 6 ans, l'entrée en CP ; 9 ans, l'âge où l'enfant maîtrise la lecture et l'écriture et manifeste le souhait d'aller sur internet ; et 12 ans, l'âge où il cherche à échapper à sa famille en trouvant ses repères en dehors d'elle. Elles s'appuient sur quatre recommandations : limiter le temps d'écran, choisir avec les enfants leurs programmes, parler avec eux de ce qu'ils voient et font avec les écrans, et encourager leurs activités de création dès le plus jeune âge, avec ou sans outil numérique. Afin d'apprendre à utiliser les outils numériques pour ce qu'ils peuvent apporter de meilleur et échapper à ce qu'ils proposent de pire.

² À mon avis, c'est cet objet virtuel que traquent les peintres.

³ Vive VR de Valve pour la plateforme de jeu vidéo Steam ; Oculus Rift développé par Oculus VR, filiale de Facebook ; et Morpheus, de Sony.

⁴ Tisseron, S. (2013). 3-6-9-12, apprivoiser les écrans et grandir. Édition Érès.