

Pourquoi s'attache-t-on à des personnages fictifs ? | Par Poline Tchoubar

L'attachement affectif, qu'il s'agisse du sentiment amoureux, de la tendresse d'une mère ou de la complicité d'un ami, consiste à se sentir émotionnellement lié à quelqu'un. Nous nous expliquons facilement un tel attachement à un autre être humain. En effet, nous sommes fondamentalement une espèce sociale. Au sein d'un groupe, un individu a moins de chances de se faire attaquer ou de mourir de faim que s'il est seul. Ainsi, les risques qui menaçaient chacun séparément sont distribués entre tous les membres de la société, permettant la séparation du travail, le progrès intellectuel, et l'attachement à autrui. De plus, cet attachement semble nécessaire, car ne serait-ce que d'un point de vue biologique, nous avons besoin de l'autre pour nous reproduire et assurer la survie de notre espèce.

Cependant, quand l'objet de l'attachement affectif est un personnage fictif, il est plus difficile d'expliquer ce sentiment. En effet, le personnage fictif n'a aucune valeur du point de vue de l'évolution de notre espèce, et il n'a pas de valeur sociale non plus puisque n'existant pas, on ne peut rien attendre de lui en réponse à notre attachement. Et pourtant, qui ne s'est jamais senti proche d'un personnage de roman ?



Pour tenter de répondre à cette question, nous allons d'abord analyser ce qu'est l'attachement affectif envers autrui sur le plan neuronal et biologique, pour ensuite tenter de comprendre comment ce sentiment est possible envers un personnage de fiction. Une telle question ne semble cependant pas pouvoir uniquement s'expliquer par des nécessités naturelles. En effet, l'attachement au personnage fictif, ainsi que l'art en général, montrent l'homme sous son jour le plus libre, le plus éloigné des contraintes de la nature. La fiction est en

soi une distorsion de la réalité. Malgré cela, elle a une place primordiale dans notre vie: même les enfants racontent des histoires, sans aucun entraînement préalable, à travers leurs jeux. Le paradoxe de l'attachement à un personnage fictif pourrait, dans une certaine mesure, réconcilier sciences et psychanalyse, qui en dépit de leurs antagonismes sont d'accord sur bien des choses.

L'attachement affectif en neurosciences

Pour expliquer l'attachement au le personnage de fiction, nous pouvons commencer par nous demander d'où provient ce sentiment parmi les hommes. La discipline des neurosciences sociales (aussi appelées neurosciences affectives) cherche notamment à répondre à cette question. Cette branche naissante des neurosciences vise à comprendre le comportement émotionnel des êtres humains, en étudiant de manière empirique l'interaction entre les facteurs biologiques (tels que les gènes et les circuits cérébraux), et l'environnement social et culturel¹. Il a été ainsi mis en évidence que différentes

¹ Pichon S, Vuilleumier P (2011) « Neuroimagerie et neuroscience des émotions. » *Medecine/sciences*, vol. 27, n°8-9, pp.

structures du cerveau contribuent à l'attachement affectif: on observe une activation simultanée des régions traditionnellement associées aux fonctions cognitives, et des régions associées à des traitements plus basiques tels que le désir et la récompense². Dans la première catégorie, l'amygdale joue un rôle important quant à la reconnaissance et l'évaluation des émotions. Elle contribue aussi à consolider les souvenirs positifs et négatifs dans la mémoire, ce qui permet de se rappeler des signaux associés au partenaire potentiel, augmentant ainsi les chances de le rencontrer à nouveau. Quant aux mécanismes du désir et de la récompense, ils fonctionnent principalement grâce aux hormones comme la dopamine, l'oxytocine et la vasopressine. « *En vérité*, indique James A. Coan, chercheur en neurosciences à l'Université de Virginie, *étant donné le nombre de structures neuronales qui sont impliquées d'une manière ou d'une autre dans le comportement affectif, il est possible de penser le cerveau humain tout entier comme un système d'attachement neuronal* »³.

Il est important de noter que l'attachement affectif serait impossible sans l'empathie, c'est-à-dire la capacité à reconnaître et partager les émotions d'autrui. De récentes observations laissent penser que l'empathie vient de l'activité de *neurones miroirs*: lorsque nous voyons un individu accomplir une action, les neurones qui s'activent dans notre cerveau sont les mêmes que ceux qui seraient sollicités si l'on était soi-même en train d'effectuer cette action⁴. Le même mécanisme nous aiderait à reconnaître et ressentir les émotions d'autrui en présence de son comportement ou de son expression faciale. Grâce à cette capacité et avec l'aide du langage, nous pouvons construire un pont entre autrui et nous-mêmes, défiant la subjectivité qui nous isole.

Une nécessité de l'attachement dans l'évolution

Ceci dit, expliquer les mécanismes neuronaux cachés derrière nos sentiments d'attachement ne nous renseigne pas sur leur origine. D'où vient le fait que l'on s'attache à autrui? La spécificité des espèces sociales tient dans la capacité à distinguer les individus familiers de ceux qui ne le sont pas, entraînant ainsi une préférence pour les premiers par rapport aux seconds. Or la première personne que l'on apprend à différencier des autres, dès les premières heures de notre vie, est la mère. L'attachement de la mère et de l'enfant est le premier et le plus spontané des sentiments affectifs que l'on éprouve. Cet attachement est nécessaire: la mère doit être attachée à son enfant pour assurer sa survie, et l'enfant est attaché à la mère car son existence dépend de ses soins. On comprend ainsi que la sélection naturelle a préservé les individus les plus prompts à l'attachement, car ils ont le mieux réussi à garantir la survie de leur progéniture.

L'attachement d'adulte à adulte n'a pas la même nécessité que celui de l'enfant à la mère. L'union d'un homme et d'une femme est bien sûr essentielle à la reproduction de l'espèce, mais en cela l'attachement affectif n'est pas nécessaire. De plus, on peut s'attacher à autrui de manière purement platonique, preuve que le problème de l'attachement ne peut pas se réduire à la reproduction. Comme nous l'avons vu précédemment, la recherche du plaisir est une des motivations pour l'attachement affectif. Des expériences conduites sur des rats ont montré que l'attachement contribue aussi à atténuer le stress: dans un environnement nouveau et stressant, les rats en compagnie d'un individu familier ont davantage tendance à explorer et à jouer que les rats en compagnie d'un rat inconnu⁵. L'attachement affectif pour autrui est ainsi le résultat d'une recherche de plaisir, mais aussi de sécurité et de sérénité à

763-769

2 Dan J. Stein et Bavanisha Vythilingum, « Love and Attachment: The Psychobiology of Social Bonding », CNS Spectr. 2009, pp. 239-242

3 James A. Coan, "Toward a neuroscience of attachment", *Handbook of Attachment, Vol. 2*, 2008, pp 241-265

4 Singer T, Critchley HD, Preuschoff K. "A common role of insula in feelings, empathy and uncertainty". *Trends in Cognitive Science*, 2004

5 James A. Coan, "Toward a neuroscience of attachment", *Handbook of Attachment, Vol. 2*, 2008, pp 241-265

travers la réduction du stress.

Et l'attachement au personnage fictif?

Pourtant, lorsque l'on considère l'attachement affectif non pas envers autrui, mais envers un personnage fictif, on s'aperçoit que les explications de l'attachement social ne conviennent plus. En effet, nous ne préservons ni notre progéniture, ni notre espèce en nous attachant au personnage de fiction, et ce dernier ne peut rien nous procurer en échange de notre attachement. Comment alors comprendre ce sentiment? L'objet de l'affection n'existant que dans notre esprit, l'expérience de l'attachement au personnage fictif est bien plus ancrée dans notre subjectivité que ne l'est celle de l'attachement social. Les neurosciences et la biologie étudient d'abord l'homme comme objet extérieur, accordant peu de fiabilité à son expérience subjective; elles ne peuvent donc pas suffire pour résoudre le paradoxe de l'attachement à autrui. Une approche philosophique et psychanalytique permettrait d'envisager le sujet sous un nouvel angle, et proposer de nouvelles solutions.

Ceci dit, l'attachement affectif en lui-même tel qu'il est analysé par les neurosciences reste de même nature quel que soit son objet. On éprouve de l'empathie envers autrui aussi bien qu'envers le personnage fictif. En effet, nous pouvons très bien comprendre ses émotions, et même bien mieux que nous ne pouvons comprendre celles d'autrui: dans un roman, l'auteur nous donne accès à l'esprit du personnage; Autrui, lui, reste impénétrable. Au mieux, nous pouvons observer son comportement, faute de pouvoir accéder à son esprit.

Cependant, toute perception est fondamentalement interprétation, les illusions d'optique nous le montrent bien: ce que nous percevons ne prend sens que selon les références de notre propre esprit. Quant au dialogue avec Autrui, d'après le psychanalyste Jacques Lacan, celui-ci ne consiste qu'à « *faire dire par l'interlocuteur supposé ce qui motive la question-même du locuteur, c'est-à-dire incarner dans l'autre la réponse qui est déjà là* ». N'ayant accès qu'à notre propre esprit, nous ne pouvons dans tous nos rapports n'avoir affaire qu'à nous-mêmes, jamais à autrui. Nous sommes enfermés dans le solipsisme le plus complet.

L'attachement affectif à autrui peut être ainsi vu comme une tentative d'échapper à l'isolement auquel nous condamnons notre conscience: s'efforcer de comprendre les pensées et les sentiments de quelqu'un d'autre, essayer de lui faire partager les nôtres, pour sortir de la terrifiante solitude. Mais cette tentative est vouée à l'échec, car notre connaissance d'autrui sera toujours incomplète, sujette à l'erreur, et imprégnée de notre propre point de vue.

Au contraire, nous avons toujours accès au personnage de littérature, il forme toujours Un avec nous-mêmes. En effet, nous prenons part à la création du personnage en le lisant: non seulement nous comblons avec notre propre imaginaire les lacunes de ce que le roman laisse voir du personnage, mais nous lui prêtons notre esprit pour qu'il y prenne forme. L'écrivain Danièle Sallenave explique dans *Le Don des mots* que « *lire un livre, c'est achever de l'écrire, non en lui apportant un complément de sens, ou une interprétation « personnelle », mais en lui fournissant le secours de notre monde propre pour qu'il s'incarne* »⁶. Sans notre esprit et notre imagination, le personnage de littérature n'est rien d'autre que des traces d'encre sur du papier; des mots, des phrases à la rigueur. Ce n'est que grâce à notre capacité à l'imaginer qu'il prend vie, qu'il peut exister en notre esprit comme une entité cohérente et unique.

Il semblerait que le personnage fictif possède d'importants avantages par rapport à autrui. Nous n'avons pas à nous confronter à la différence du personnage comme nous devons nous confronter à celle de l'Autre. Aucune déception, aucune trahison n'est possible avec le personnage fictif. Nous connaissons ses actions, ses pensées les plus secrètes. Il est tel que l'on veut qu'il soit, tel que nous sommes nous-mêmes, tel que nous aimerions être. Projeté dans son esprit, nous vivons sa vie par

⁶ Danièle Sallenave, *Le Don des Mots*, 1991

procuration. Bien que l'on ne se reconnaisse pas nécessairement en lui, on accepte de partager sa destinée en lisant le livre. Il y a ainsi une certaine identité entre le lecteur et le personnage, aussi différents l'un de l'autre qu'ils puissent être. Si l'amour signifie ne faire qu'un, alors il n'est possible qu'avec le personnage fictif.

De plus, puisque lire est un acte de création, il permet de satisfaire notre désir sublimé. Selon Freud, la sublimation est un déplacement de l'instinct sexuel, qui permet notamment de faire de l'art. Ce déplacement constitue une alternative au refoulement des pulsions, car ainsi le désir cesse d'être une succession interminable d'objets contingents, et trouve sa réalisation dans la création artistique. Le personnage fictif nous permet à la fois de sortir de notre solipsisme, et de sublimer notre désir, évitant ainsi la frustration et le refoulement.

Cependant, bien que nous ayons accès aux pensées les plus secrètes du personnage de fiction, lui n'a aucune intuition de nous. Notre désir se trouve toujours finalement frustré par l'impossibilité d'échanger avec lui, non seulement car il n'existe pas, mais aussi parce qu'il n'est en définitive qu'un reflet de nous-mêmes, de notre imaginaire, de notre désir. Notre attachement au personnage fictif reflète l'aspect narcissique de l'amour: nous aimons ceux qui nous ressemblent. Mais alors à quoi servirait-il de s'attacher à l'Autre, si on n'aimait que soi-même?

Notre perception d'Autrui étant incomplète, nous nous attachons à la seule connaissance que nous avons de lui, c'est à dire l'interprétation personnelle que nous avons formée à son propos. En sciences cognitives, la « théorie de l'esprit » désigne notre faculté à élaborer une théorie sur ce que les autres savent, croient, ressentent et désirent⁷. C'est cette théorie, nourrie par nos propres pensées, désirs et imagination, que nous attribuons à Autrui. Ainsi, l'attachement à l'Autre est tout aussi fictif que l'attachement au personnage de littérature. Voilà pourquoi Lacan explique dans son séminaire *Encore* qu'Autrui n'est que la projection de notre désir⁸.

L'attachement au personnage fictif, une étape pour se construire comme individu dans la société ?

Autrui et le personnage fictif seraient alors de simples reflets de nous-mêmes, qui tandis que nous nous attachons à eux nous entretiennent dans l'illusion que nous avons affaire à quelqu'un d'autre? Bruno Bettelheim, psychanalyste des années 70 qui s'occupait d'enfants perturbés, n'est pas de cet avis. Le personnage fictif, et la fiction en général, ont une utilité qui va bien plus loin qu'un simple attachement narcissique à une projection de nous-mêmes. Dans son ouvrage *Psychanalyses des contes de fée*, Bettelheim explique qu'écouter des contes permet à l'enfant psychotique de sortir de l'angoisse de la mort imminente et retrouver un sens à l'existence. Les contes de fée montrent à l'enfant des manières de résoudre ses conflits intérieurs, qu'ils soient conscients, préconscients ou inconscients, pour « mettre de l'ordre dans sa maison intérieure »⁹. L'enfant s'identifie au héros du conte, et trouve des solutions à ses propres problèmes dans les manières dont le héros surmonte les épreuves qui s'imposent à lui. La fin heureuse permet à l'enfant de rationaliser ses peurs. Il ne s'agit pas de lui montrer un monde merveilleux pour qu'il s'échappe de sa réalité, mais au contraire de lui permettre de rationaliser les sentiments contradictoires qui se bousculent à l'intérieur de lui-même. Par exemple, à travers l'opposition entre la mère et la marâtre, l'enfant peut accepter ses sentiments de colère envers sa



⁷ Brian Boyd, *On the Origin of Stories: Evolution, Cognition and Fiction*, 2009

⁸ Jacques Lacan, *Encore*, 1972-73

⁹ Bruno Bettelheim, *Psychanalyses des Contes de Fée*, 1976

propre mère, tout en continuant à l'aimer.

Bettelheim ajoute que « *pour qu'une histoire attire l'attention de l'enfant, elle doit l'amuser et piquer sa curiosité. Mais pour enrichir sa vie, elle doit stimuler son imagination* ». Voici l'idée d'imagination qui revient. Le désir sublimé artistique n'a donc pas seulement sa satisfaction dans la création d'un personnage, mais dans l'impact que celui-ci aura sur notre développement. Tout comme les contes de fées, les romans autres genres de récits fictifs nous aident à former notre personnalité, en nous aidant à rationaliser nos sentiments et nos désirs, tout en évitant de les refouler grâce à la sublimation.

De plus, la fiction nous permet d'imaginer nos actions sans les vivre réellement. Brian Boyd écrit dans *On the origin of stories* qu'« *avec le développement de nos cerveaux, nous pouvons appliquer le passé au présent et au futur avec plus de facilité. Mais nous étions toujours prisonniers de ce dont nous avons été témoins et ce dont nous nous souvenons nous-mêmes(...). Nous devons toujours agir au sein de notre propre époque, mais grâce à la narration nous sommes partiellement libérés des limites du présent et du soi* ». Il ajoute ensuite à propos de la fiction que « *comme le jeu, elle nous permet d'apprendre les opportunités et les risques possibles, et les stratégies et ressources émotionnelles nécessaires pour gérer les échecs inévitables, sans nous soumettre à un vrai risque* ». Le personnage fictif est alors comme un double d'Autrui, qui à travers son histoire nous permet d'expérimenter, par procuration, les différents comportements possibles envers Autrui.



Grâce à la fiction, on peut ainsi entrevoir une nouvelle sortie du solipsisme. En effet, l'issue du conte est toujours celle d'un heureux rapport à l'autre, inscrit dans la durée: c'est le fameux « ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants ». En apprenant à résoudre nos conflits intérieurs, nous pouvons enfin appréhender Autrui en tant qu'il est autre. En effet, nos conflits intérieurs sont souvent d'une manière ou d'une autre liés à Autrui : il est parfois un obstacle à nos actions, sa volonté s'oppose souvent à la notre, il fait naître en nous des sentiments d'hostilité, d'empathie, ou même les deux à la fois. En nous montrant des manières de surmonter ces difficultés, la fiction nous apprend à accepter Autrui comme autre, et non pas comme simple projection de notre désir.

L'attachement affectif, qu'il soit pour Autrui ou pour le personnage fictif, est donc d'abord une tentative d'échapper à la solitude complète qui est le sort de toute conscience. Cependant, un tel attachement ne donne pas de satisfaction en lui-même, car le personnage fictif ne peut pas interagir avec nous, et notre connaissance d'Autrui est tout aussi fictive que le personnage de littérature, dans le sens où nous n'avons pas accès à l'esprit de l'Autre et devons donc interpréter selon notre imaginaire tout ce que nous percevons de lui. Pourtant, cela ne signifie pas que l'attachement affectif est synonyme d'illusion. S'attacher au personnage fictif permet de former sa personnalité et résoudre ses conflits intérieurs, en utilisant le terrain de la fiction pour expérimenter les comportements possibles dans la société. L'attachement au personnage fictif, une question en apparence dénudée de toute nécessité naturelle, est en fait intimement lié à notre capacité à vivre en société.

La psychanalyse et les sciences, je t'aime moi non plus.

Néanmoins, on ne peut parler de psychanalyse sans une certaine prudence. En effet, cette pratique qui a vu le jour au début du 20ème siècle est aujourd'hui encore fortement controversée. Ses trouvailles, aussi convaincantes soient-elles, sont à prendre avec des pincettes: bien qu'elle ait fait ses preuves comme thérapie, la psychanalyse n'est pas une science. La théorie de l'inconscient, sur laquelle la psychanalyse se base, ne répond pas aux critères de scientificité. *Dans Conjecture et Réfutation*, Karl Popper écrit qu'une théorie scientifique doit être vérifiable, qu'elle doit constituer une

limite, et qu'elle doit être testable et réfutable. Tester consiste à mettre une théorie à l'épreuve, prendre le risque de montrer qu'elle est fautive, pour mieux affirmer sa validité si elle résiste au test. C'est sur ce dernier point que la psychanalyse fait défaut: en effet, il est impossible de tester l'hypothèse de l'inconscient, car par définition il échappe à notre conscience. Poser l'existence d'un inconscient qui gouverne nos désirs et nos actions est tout à fait arbitraire, et même si les patients guéris par la psychanalyse sont une preuve vivante de son succès comme technique, elle ne peut pas être considérée comme une science.

Toutefois, si l'on ne peut pas tester l'hypothèse de l'inconscient, nous avons la preuve de l'existence d'au moins un inconscient: notre propre corps. En effet, nous ne sommes pas conscients de la plupart des interactions qui prennent place dans notre organisme à chaque instant de notre vie, et qui déterminent notre personnalité et nos actions. Les interactions neuronales, la diffusion d'hormones, sont des phénomènes qui échappent entièrement à notre conscience. Nous ne pouvons même pas percevoir comment se forment nos pensées, considérant naïvement qu'elles nous viennent d'une âme sans matière, indépendante de notre corps. N'est-ce pas là un inconscient? Alors que les progrès constants en neurosciences mettent en évidence les mécanismes cérébraux qui se cachent derrière nos pensées, les scientifiques brandissent ces trouvailles avec défiance devant les psychanalystes qui les jaugent du regard. Mais pourquoi une si violente opposition, si finalement chaque nouvelle découverte scientifique sur le fonctionnement du corps et du cerveau humain confirme l'idée que notre personnalité, nos désirs et nos actions sont déterminés par quelque chose dont nous ne sommes pas conscients? Ainsi, la question de l'attachement affectif au personnage fictif permet non pas d'opposer une approche behavioriste à une approche psychanalytique du sujet, mais de suggérer l'existence d'un lien entre les deux disciplines.

Une histoire d'amour passionnée avec William Darcy en attendant le métro, ou un bref sentiment d'empathie pour Emma Bovary, sont des étapes essentielles dans notre apprentissage pour vivre avec autrui, tout comme l'est notre premier attachement à la mère. La fin de l'attachement fusionnel est alors un heureux rapport à l'autre, non pas dans l'œuvre de fiction, cette fois-ci, mais dans notre propre vie.

Sources

Pichon S, Vuilleumier P (2011) « Neuroimagerie et neuroscience des émotions. » *Medecine/sciences*, vol. 27, n°8-9, pp. 763-769

Jean Decety et Maryse Siksou, « Neurosciences Sociales et Relations Interpersonnelles », *Le Journal des Psychologues*, no.286 (2011)

Dan J. Stein et Bavanisha Vythilingum, « Love and Attachment: The Psychobiology of Social Bonding », *CNS Spectr.* 2009, pp. 239-242

James A. Coan, "Toward a neuroscience of attachment", *Handbook of Attachment, Vol. 2*, 2008, pp 241-265

Singer T, Critchley HD, Preuschoff K. "A common role of insula in feelings, empathy and uncertainty". *Trends in Cognitive Science*, 2004

Daniele Sallenave, *Le Don des Mots*, 1991

Brian Boyd, *On the Origin of Stories: Evolution, Cognition and Fiction*, 2009

Jacques Lacan, *Encore*, 1972-73

Bruno Bettelheim, *Psychanalyses des Contes de Fee*, 1976