

## Des humains et des chiffres

La santé mentale des Belges n'a probablement jamais autant attiré l'attention que ces derniers mois. S'il a fallu du temps pour prendre en compte ce « facteur », les experts en la matière sont maintenant régulièrement consultés par les mondes médiatique et politique. Et comme tout bon expert, le spécialiste en santé mentale arrive avec des chiffres. Il n'est d'ailleurs pas déraisonnable de penser que pour pouvoir être pris au sérieux, ou simplement écouté, l'expert *doit* fournir des données quantitatives. Avant-gardiste d'une ère où la nature (y compris la nature humaine) deviendrait maîtrisable car elle serait chiffrable, Galilée résumait dès 1623 cette position : « Le livre de la Nature est écrit en langage mathématique, et ses caractères sont les triangles, les cercles et autres figures géométriques, sans lesquelles il est humainement impossible d'en comprendre un seul mot, sans lesquelles on erre vraiment dans un labyrinthe obscur ». S'il est honnête de dire que cette évolution scientifique aux allures managériales de notre société peut dans certaines limites être compréhensible, voire nécessaire, par exemple pour nos politiciens lorsqu'il s'agit de « trancher » à partir des fameuses *données objectives*, l'omniprésence et la supériorité du chiffre sur toute autre valeur doit également pouvoir être critiquée.

Parmi ces valeurs incarnant une alternative, pensons à la réflexion (le chiffre ne réfléchit pas et chiffrer n'est pas raisonner), pensons aussi au vécu, à l'expérience et au ressenti. Si le monde psy- et toute son expertise semblent devoir aujourd'hui inéluctablement *faire du chiffre*, il n'est pas déraisonnable de penser qu'ils puissent aussi chercher à comprendre les vécus. Je suppose – et, je dois bien le dire, j'espère – que le citoyen a comme moi été interpellé d'entendre à certains moments clés de l'épidémie que n % de Belges souffrent de troubles anxieux, n autres % de dépression, etc. Les auteurs de ces études sont-ils allés rencontrer ces personnes souffrantes pour façonner un diagnostic si complexe et si subtil à poser ? Il est bien évident (et compréhensible) que non. Sur les réseaux sociaux, on a fait circuler des enquêtes, on a fait noircir des cases, adressées au citoyen en lui disant qu'il était vraiment important d'y participer pour contribuer à une meilleure description de sa santé mentale. Est-il raisonnable de penser que les personnes anxieuses ont pu répondre plus volontiers à ce genre de sollicitation ? Est-il interpellant de penser que c'est comme cela qu'on rencontre et comprend le vécu d'une personne ? Les deux questions font office de réponse.

Sans vouloir un seul instant minimiser la souffrance de très nombreuses personnes, qu'elle soit somatique, psychique, relationnelle ou économique, l'un des rôles du monde psy- est aussi de rappeler la complexité d'un débat qui ne concerne rien de moins que nos existences et de chercher à le faire gagner en nuances et en épaisseur. Partons de la consultation clinique du psy- qui n'a rien d'un expert, du psy- qui ne *deal* pas avec les chiffres mais plutôt avec les sentiments. Les psychothérapeutes constatent une forte augmentation des demandes de consultations, c'est indéniable. À titre personnel, je constate le double, voire plus, de demandes. Il est donc indiscutable que la crise sanitaire que nous vivons augmente la souffrance des gens (sans blague !), mais aussi leur tendance à s'interroger sur des aspects variés de leur existence qui semblent davantage leur poser problème que par le passé. Cependant, il est quelque peu déconcertant de constater que la plupart du temps, les patients n'évoquent pas la crise que nous vivons. Je dois, pour tout dire, presque le leur rappeler : « *peut-être que la situation actuelle joue un rôle dans les difficultés que vous me confiez ?* ». Au mieux les patients me disent qu'en effet « *ça n'aide pas* », mais bien souvent ils minimisent, à mon étonnement, ces liens que je leur suggère. Qu'est-ce que cela peut bien vouloir dire ? Certainement pas que la crise et ses nombreuses conséquences n'ont pas un impact détestable sur l'humain. Il me semble que cela témoigne du fait que les personnes restent, malgré la crise et malgré le ras-le-bol, des êtres complexes qui ont une histoire de vie, un vécu familial, des difficultés au travail, des problèmes financiers (qui naturellement, dans de nombreux cas, sont dramatiquement liés à la crise), des vulnérabilités en tout genre. La crise semble agir comme un catalyseur, un révélateur de fragilités qui sont souvent plus profondes. La complexité de l'existence et des symptômes en santé mentale me semble annoncer notre irréductibilité à un chiffre de n % qui se révèle insignifiant et qui ne parvient jamais à s'appliquer à une singularité.

Une seconde façon de produire des généralités désolidarisées de l'expérience est la construction et la nécessité de gestion de groupes cibles ; des populations qui, d'une part, seraient plus fragilisées (« *les grand oubliés de la crise sont...* ») et, d'autre part, se mettraient subitement à toutes éprouver le même type de souffrance. Dans mon autre métier, celui d'enseignant universitaire, j'ai été frappé lorsque j'échangeais en visioconférence avec les étudiantes et les étudiants des écarts entre ce que ce « groupe cible » devrait penser et souhaiter selon les experts, les médias, les ministres et ce que mes interlocuteurs me confiaient lorsque nous cherchions à réorganiser une énième fois le scénario de la fin d'année. *Ils ne doivent (peuvent) vouloir qu'une chose, retourner sur le campus. Ils ne peuvent (mais ne devraient pas) que se rassembler pour faire la fête, danser, oublier les masques et les distances.* Ce que me disaient les étudiantes et

étudiants, c'est que certains voulaient du présentiel coûte que coûte (ils étaient loin d'être la majorité), tandis que d'autres refusaient toute forme d'enseignement comodal ou hybride (ils étaient nettement plus nombreux). Ils pouvaient prendre la parole pour confier avoir peur car les mutations du virus touchent plus gravement les jeunes, qu'ils continuaient à avoir peur de contaminer leurs proches, qu'ils avaient de gros problèmes financiers et qu'ils pourraient difficilement revenir sur le campus car ils n'ont plus de logement à proximité, que c'est trop simple de réduire leurs difficultés au simple fait d'être présent dans les amphithéâtres, qu'autoriser 20% de présentiel est un effet de communication plus qu'une proposition sensée.

Par ailleurs, on constatera que lorsqu'une partie de ces jeunes se réunit dans un parc, à ce moment-là, les chiffres n'existent plus (si ce n'est un nombre brut). On pourrait en effet se demander en termes de pourcentage ce que représentaient ces groupements par rapport à la population totale des jeunes. Mystérieusement, la réflexion chiffrée semble alors avoir disparu.

Dans tous les cas, il me semble important d'interroger les messages construits sur base des chiffres. Que gagne une société à placer sans cesse ses jeunes dans une position de victime, de souffrant, en leur reconnaissant le statut de génération sacrifiée ? Il est évident qu'il est important que cette souffrance, qui existe bel et bien, ait été reconnue. Mais entretenir et se limiter à ce constat peut, à terme, se révéler dangereux. N'est-ce pas, sans s'en rendre compte, une nouvelle manière de s'assurer que ces jeunes personnes, qui détiennent pourtant forcément les clés de l'avenir, demeurent inoffensives, timorées, affaiblies ? Le jeune, comme tout humain, ne pense pas uniformément. Il me semble que le jeune n'est pas qu'un amas de pulsions ingérables lorsque le soleil fait son apparition. En fait, le jeune n'existe pas. Face à un quotidien plus difficile (parfois nettement plus difficile), il est important de rappeler que l'humain est, plus qu'un individu « unique en général », une singularité irréductible.

Jérôme Englebert, Docteur en psychologie, ULB, UCLouvain et ULiège  
(texte écrit le 14.4.21 et à paraître dans *La Libre Belgique*)