



WILL SMITH
LORS DE LA
CÉRÉMONIE
DES OSCARS À
LOS ANGELES,
LE 27 MARS.

PSYCHO LE SYNDROME DU SABORDAGE

DU COUP DE BOULE DE ZINEDINE ZIDANE À LA GIFLE DE WILL SMITH, EN PASSANT PAR LE DÉBAT RATÉ DE MARINE LE PEN, QU'EST-CE QUI Pousse PARFOIS À SE TORPILLER EN PLEIN VOL ?

PAR PATRICK WILLIAMS

POUR UNE FOIRADE, CE FUT UNE BELLE FOIRADE. La gifle de Will Smith aux Oscars restera comme un magnifique exemple d'auto-sabotage. Alors que l'acteur était au pic de sa carrière, alors qu'il savait qu'il allait sans doute recevoir un oscar, voilà qu'il a commis l'irréparable en souffletant et en insultant le moqueur Chris Rock. Une sacrée sortie de route pour celui qui se posait jusque-là en star modèle, parangon de « coolitude » et de self-control. Lui qui vient de publier une autobiographie, « Will » (éd. Michel Lafon), en forme de livre de développement personnel où il donne ses conseils pour réussir... Ce n'est plus « La Méthode Williams » pour cartonner au tennis, mais la méthode Will Smith pour tout foutre en l'air. Cette affaire jette une lumière crue sur une expérience que l'on peut tous connaître : ces moments dans la vie où, sans le vouloir, on fait capoter une relation amoureuse à laquelle on tenait, un rendez-vous boulot important, un examen crucial, des vacances tant attendues... Comment expliquer ce zèle à tout détruire ? Qu'est-ce qui est en jeu ? Et est-ce forcément si grave ?

« L'auto-sabotage est toujours dû à un manque de confiance en soi, explique Florence Lautredu, psychanalyste, autrice de « L'Amour, le vrai » (éd. Odile Jacob). Inconsciemment,

on estime qu'on ne mérite pas ce diplôme, cet amour, ce poste. Et on fait tout pour se saborder. » Ainsi Juliette, 38 ans, attachée de presse, explique : « Un jour, j'ai été contactée par une boîte prestigieuse pour devenir directrice de la communication. À l'époque, j'étais enceinte. La personne qui m'a reçue m'a dit qu'ils avaient très envie de travailler avec moi, que mon état ne posait pas de problème, qu'ils pouvaient attendre. Et pourtant, j'ai passé l'entretien à insister sur ma grossesse, à me dénigrer, à évoquer les difficultés que la maternité allait poser, au lieu de lui parler de mon envie de travailler pour eux. Je crois que je l'ai dégoûtée. Elle ne m'a pas rappelée. Au fond, je ne me sentais pas à la hauteur... » Si l'auto-sabotage, au moment où il a lieu, provoque en nous de la tristesse, des regrets, il entraîne aussi un certain soulagement. « La personne qui se saborde, poursuit Florence Lautredu, se trouve incompétente, dans l'imposture. Cela crée en elle une grande angoisse, une appréhension anxieuse. Avant un entretien boulot, un rendez-vous amoureux, elle prévoit le pire. Elle y pense si fort qu'elle finit par faire advenir ce qu'elle redoutait. D'une certaine manière, cela lui permet de dénouer sa tension intérieure, de conjurer l'angoisse. ● ● ●



ELLE MAGAZINE



ZIDANE
ET MARCO
MATERAZZI,
LE 9 JUILLET
2006.



MARINE LE PEN
LE 3 MAI 2017.

"C'EST QUAND ON EST AU SOMMET QUE LE DIABLE VIENT VOUS SAISIR"

DENZEL WASHINGTON À WILL SMITH

●●● C'est une sorte de prophétie autoréalisatrice. » Est-ce cela qui est arrivé à Benjamin Griveaux ? En 2020, le jeune loup de la macronie veut conquérir la Mairie de Paris. Il est en quête de respectabilité, soigne son image de politicien sérieux. Et pourtant, il ne trouve rien de mieux à faire que d'entamer une relation adultère avec une belle inconnue à qui il envoie des photos de son sexe. Un geste totalement imprudent à notre époque... Comme si Griveaux pensait au fond de lui qu'il ne méritait pas vraiment la Mairie de Paris ? A-t-il sans le vouloir tout fait pour que les choses capotent ? « On peut aussi y voir un signe d'hubris, de quelqu'un qui se sent tout-puissant et qui prend des risques inconsidérés, reprend Florence Lautrédou. C'est souvent au moment, où l'on est près d'atteindre son but que l'on se saborde. Comme si l'on ne supportait pas tant de bonne fortune. »

On pense aussi à Zinedine Zidane et son coup de boule, en 2006, lors de la finale de la Coupe du monde, au moment où il est au faite de sa gloire et de son image de saint Zizou, ou à Marine Le Pen et au désastre du débat de l'entre-deux-tours en 2017. Ou encore à Christiane Taubira, qui, en février dernier, saborde en quelques jours sa candidature à la présidentielle, donnant notamment une interview sur le logement où elle apparaît à côté de la plaque et incompréhensible... Résultat : perte totale de crédibilité ! Comme l'a dit l'acteur Denzel Washington à Will Smith : « C'est quand on est au sommet que le diable vient vous saisir. »

Mais il y a plus. « On s'autosabote aussi par loyauté inconsciente, pour rester fidèle à ses parents, à son milieu d'origine, à certaines valeurs ou postures héritées du passé », note Géraldyne Prévot-Gigant, psychopraticienne, autrice des « Hypersensibles spirituels » [éd. Leduc]. Serait-ce le cas de Will

Smith ? Bien sûr, il y a l'option qu'il ait tout simplement besoin d'affirmer sa position de mâle dominant. Mais il raconte aussi dans son autobiographie son père violent, alcoolique. Un jour, à 9 ans, il le voit tabasser sa mère jusqu'au sang, sans pouvoir intervenir tellement il est terrorisé. Un épisode qui le hantera. Toute sa vie, il s'en voudra de sa lâcheté. « Il est probable que, lors de cet épisode de la gifle, aux Oscars, il ait éprouvé le besoin de voler au secours de Jada [son épouse, ndlr] comme il aurait voulu le faire avec sa mère. À cet instant, il y a quelque chose de totalement enfantin, irrationnel en lui, qui remonte à la surface. Ce n'est plus la star adulte, mais l'enfant blessé qui donne la gifle. »

Cette façon de se saborder pour défendre l'image d'un parent, on la voit constamment. Ainsi cet homme qui fait sans cesse faillite, comme son père l'avait fait avant lui, histoire de ne pas dépasser le géniteur adoré. « Dans ces situations, finalement, il s'agit toujours de savoir si l'on s'autorise le bonheur ou si l'on se l'interdit, fait remarquer Florence Lautrédou. L'autosaboteur trouve une amère satisfaction dans son geste. Cela le conforte dans son identité. Il se dit : "Voilà, c'est bien ce que je pensais, je ne suis pas à la hauteur, je ne méritais pas tout ça." Il y a une forme de complaisance morbide :

on reste fidèle à l'image que l'on a de soi-même. » Dans certains cas, seul un travail sur soi, une thérapie, permettra d'apprendre à s'aimer, à se libérer des fidélités toxiques du passé et à s'autoriser la réussite et le bonheur.

Mais l'autosabotage peut aussi avoir quelque chose de salvateur. Parfois, il nous permet de sortir d'une situation que l'on ne supporte plus. Anna, 32 ans, raconte : « Je désirais changer de fac et aller étudier à Jussieu, à Paris. Pour cela, il fallait passer un examen. J'ai travaillé sérieusement et obtenu facilement l'écrit. Mais le jour de l'oral, quand je suis arrivée dans les locaux, je ne le sentais pas. Toute cette nouvelle vie étudiante qu'il fallait reprendre... Sans réfléchir, j'ai saboté mon oral, alors que je connaissais toutes les réponses. Je crois que c'était une manière de m'échapper, de m'extraire de quelque chose qui ne me convenait plus. » Le pétage de plombs ? Un geste de survie dans notre société de l'hyper-contrôle, où l'on doit sans cesse assurer, être dans la performance, savoir ce que l'on veut. « Les gens sont épuisés de toujours devoir maîtriser leurs gestes, leur comportement, leur carrière pour rentrer dans les cases, constate Géraldyne Prévot-Gigant. Parfois, se saborder, c'est le seul moyen de sortir de ce cube dans lequel on se sent à l'étroit. » Et si c'était finalement ce qui est arrivé à Will Smith ? Dans son autobiographie, il avoue qu'il en a assez de son personnage de star lisse et consensuelle. Il dit vouloir « ne plus être un lâche », affronter ses peurs, sauter en parachute, vivre en ermite... La gifle aurait-elle été un moyen pour lui de sortir d'un rôle qui ne lui convenait plus ? ●