

ARCHETYPE DU SOI

© [https://fr.wikipedia.org/wiki/Soi_\(psychologie\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Soi_(psychologie))

Soi signifie dans l'acception courante la personne, ou l'individu qui se désigne lui-même. C'est en particulier un des piliers de la psychologie analytique :

Carl Gustav Jung utilise le terme Soi pour désigner l'archétype de l'entièreté psychique qui distingue une personne au-delà de ce qu'elle perçoit d'abord (cette perception étant le Moi venu de la psychanalyse).

La psychologie sociale est également concernée.

En psychanalyse post-freudienne, c'est notamment Heinz Kohut qui a théorisé et développé le concept de soi.

Le concept de soi est l'ensemble des connaissances qu'un individu possède à propos de lui-même (image de soi) ainsi que les émotions qui l'accompagnent (estime de soi).

Cet ensemble de connaissances dépend de la manière dont l'individu perçoit l'information. Cette information peut provenir de différentes sources :

- La conscience réflexive : à l'âge de 18 mois, un bébé peut se reconnaître dans un miroir : c'est ce qu'on appelle le stade du miroir. À partir de ce stade, l'individu développe ce qu'on appelle la conscience réflexive c'est-à-dire la capacité de se distinguer dans l'environnement comme objet distinct.
- Les inférences basées sur le comportement : un individu peut développer une conception de lui-même en inférant des caractéristiques individuelles à ses comportements.
- Les inférences basées sur les émotions : il est également possible d'inférer des caractéristiques de soi aux émotions et aux pensées propres, et ces inférences ont généralement beaucoup plus d'impacts sur la conception de soi que les comportements puisque ces derniers sont, d'une manière générale, beaucoup plus soumis aux pressions sociales que les émotions.
- Le soi relationnel ou l'impact de la réaction des autres : les autres peuvent évidemment influencer la conception que l'on a de soi par leurs réactions et leurs critiques, ce qui peut appeler un comportement qui cherche à correspondre à l'image demandée (ce qui correspond au principe du faux self de Winnicott).

Il existe d'autres méthodes d'acquisition d'information sur soi comme la comparaison avec les autres.

L'archétype du Soi selon Carl Gustav Jung



Si le point central représente l'ego, le soi enveloppe à la fois le cercle et le point.

« Le Soi est la donnée existant a priori dont naît le Moi. Il préforme en quelque sorte le Moi. Ce n'est pas moi qui me crée moi-même : j'advies plutôt à moi-même. » Le Soi est un concept limite qui regroupe en un même ensemble le conscient et l'inconscient : inconscient personnel et inconscient collectif. Il traduit l'expérience de la totalité, la capacité de représentation de la totalité, autant que le processus psychique qui va dans le sens d'une conscience englobant de plus en plus d'éléments inconscients. Le Soi intervient dans le processus d'individuation : il en est le moteur, l'organisateur et, dans une certaine mesure, le but.

Le Soi est ainsi l'archétype de la conscience et du Moi. Le rapport du Moi au Soi est décrit par Jung soit comme celui de la Terre tournant autour du Soleil, soit comme celui d'un cercle inclus dans un autre cercle de plus grand diamètre, soit encore comme le fils par rapport au père. Dans ce dernier cas, l'image n'est complète que lorsque l'on considère que le Soi n'advient à la conscience que par un travail de confrontation du Moi avec ses autres archétypes (animus et anima, persona, etc.) , un travail de « décantation » du Moi : le Soi, ou du moins la conscience que l'on acquiert du Soi, est donc aussi, à la fin du processus d'individuation, d'une certaine manière, le fils du Moi (*Filius Philosophorum*).

En tant que totalité, le Soi est nécessairement paradoxal : toute qualité qui lui est attribuée s'y voit accompagnée de son opposé : seule la capacité de direction de la conscience du Moi permet la différenciation entre les contraires, et révèle donc cet aspect paradoxal du Soi, plus précisément de la conscience que l'on peut en avoir.

Caractéristiques structurelles et dynamiques du Soi

Apparu dès le texte de 1902 (*Psychologie et pathologie des phénomènes dits occultes*) le terme de Soi ne prend valeur conceptuelle pour Jung que dans les *Métamorphoses* de 1912. Si ses caractéristiques s'affineront et se compléteront par la suite, l'essentiel de ce concept y figure déjà.

- D'un point de vue]topique, le Soi est un ensemble regroupant tous les constituants du psychisme. Il serait donc ainsi synonyme de l'âme.
- D'un point de vue dynamique, il exprime un double aspect :
 - La tendance des contenus inconscients à parvenir à la conscience, soit sous forme de prise de conscience, soit, quand celle-ci est rendue impossible par l'attitude du Moi, sous forme de symptômes ou d'inflation du Moi qui s'identifie à la totalité du psychisme. Jung insiste particulièrement sur les dangers d'une telle inflation qui peut mener jusqu'à l'éclatement des limites du Moi, c'est-à-dire à la psychose.
 - La capacité de compensation de l'inconscient, qui propose au Moi le pendant de son attitude dirigée. La compensation ne peut jouer que dans la mesure où le rapport du Moi et du Soi est suffisamment différencié. Si le Moi est en état d'inflation, s'identifiant au Soi, la compensation s'inverse, et il y a emballement dans le sens de la direction du Moi, ou dans le sens inverse.
- D'un point de vue génétique, le Soi est à l'origine de la constitution du Moi, première étape du processus d'individuation. Il est initialement indifférencié de l'imago maternelle, mais il est néanmoins moteur de la différenciation. Enfin, Jung

dit aussi que *“la pensée est fondée sur l'auto-révélation du Soi”* (*Essai d'interprétation psychologique du dogme de la trinité* 1940/1948).

- D'un point de vue structural, le Soi est *“la somme et la quintessence de tous les archétypes”*. Il est donc à la fois l'archétype qui structure tous les autres, et celui qui est structuré par tous : dans la mesure où son rapport au Moi détermine, par son dynamisme compensateur, son influence organisationnelle dans le psychisme, il peut ainsi être tout aussi bien facteur de regroupement (liaison) que d'éclatement (dé-liaison). Facteur de liaison il permet l'union des contraires, et facteur de dé-liaison, il permet la différenciation : c'est ce double dynamisme qui anime le processus d'individuation.
- D'un point de vue épistémologique, Jung insiste sur le fait que le Soi est un concept limite : *« Je reste conscient du fait qu'il est fort possible que, formulant cette hypothèse, nous restions encore prisonnier d'une image [...] tout bien pesé, je ne doute pas qu'il s'agisse encore d'une image, mais d'une image telle et si essentielle qu'elle nous englobe et nous contient. »* (*Dialectique du moi et de l'inconscient* 1916/1934) : et plus tard : *« dans la mesure où quelque chose de l'inconscient existe, il n'est pas assignable : son existence n'est qu'un pur postulat [...] la totalité n'est empirique que dans ses parties, et seulement dans la mesure où celles-ci sont contenus de la conscience. En conséquence le « soi » n'est qu'un concept limite »* (*Psychologie et alchimie* 1935/1951).
- Par rapport à la religion, et aux multiples accusations de mysticisme qui ont été portées contre lui, Jung est on ne peut plus clair : *“Comme le Christ n'a jamais signifié pour moi plus que je pouvais comprendre de lui et que cette compréhension coïncide avec le savoir empirique que j'ai du Soi, je dois reconnaître que c'est le Soi que j'ai en tête lorsque je m'occupe de l'idée du Christ. Au demeurant, je n'ai pas d'autre accès au Christ que le Soi, et comme je ne connais rien qui soit au-delà du Soi, je m'en tiens à ce concept”* (*Jung et la croyance religieuse* 1956/1957).
- Par rapport aux concepts Freudiens, le Soi de Jung est tout à fait original :
 - Par rapport au Surmoi : *“Le Surmoi est un succédané nécessaire et inévitable de l'expérience du Soi. [...] Tant que le Soi est inconscient, il correspond au Surmoi de Freud”* (*Le symbole de la transsubstantiation dans la messe* 1941/1953).
 - Par rapport au Moi idéal et à l'idéal du Moi — tous deux avatars du Surmoi — Jung insiste sur le fait que le Soi, en tant que totalité, inclut les aspects les plus bas de la personnalité. Il ne peut donc être confondu avec le Moi idéal que dans la mesure où une inflation du Moi annule son activité compensatrice, et avec l'idéal du Moi que dans celle où la dissociation de la personnalité maintient dans l'inconscient ses aspects sombres (l'ombre).
- Du point de vue de ses représentations les images du Soi apparaissent dans les rêves et les productions spontanées (fantasmes, dessins, danse etc.) sous des formes doublement symétriques et centrées (carré, cercle) : les mandalas. Jung a constaté que ces formes de représentations se retrouvent dans toutes les cultures aussi bien que dans les productions individuelles. Il estime que l'apparition des images du Soi dans les rêves est souvent liée à de profondes tensions ou ruptures de l'équilibre psychiques.

Le **soi primaire** est l'état originel du soi, un concept de Michael Fordham.

Il le décrit comme l'état psycho-sensori-moteur du nouveau-né (voire du fœtus intra-utero en fin de grossesse), un état d'homéostasie indifférenciée : il n'y a pas de différenciation entre moi et non-moi, entre l'interne et l'externe, entre différentes composantes du monde interne. C'est cet état qu'il a nommé soi primaire, faisant ainsi référence au concept jungien du soi, archétype de la totalité. Il a travaillé sur ce modèle dès 1947.

Cet état psycho-corporelle du nouveau-né est un état intégré et destiné à se perdre lors des phases de dé-intégration, phases où l'équilibre homéostatique caractéristique du soi primaire se perd, et où les dynamiques archétypes se mobilisent, permettant au bébé d'entrer en relation avec le monde extérieur alors partiellement perçu comme tel. Le processus de différenciation du monde intérieur se déroule aussi durant cette phase. L'alternance de phases de dé-intégration et de ré-intégration permet la constitution progressive d'un psychisme différencié du bébé.

Le **concept de soi**, de l'anglais *self-concept*, est un ensemble de croyances à propos de soi-même qui inclut des éléments tels que la performance académique, l'identité de genre, l'identité sexuelle et l'identité ethnique. Dans le langage courant, le concept de soi répond à la question « Qui suis-je ? ».



Le concept de soi est constitué d'auto-schémas et du soi passé, présent et futur.

Description

En grandissant, l'enfant développe une conscience de lui-même et de ce que les autres pensent de lui, soit le sens de soi. Plusieurs termes font référence au soi en psychologie.

Le « concept de soi » (de l'anglais *self-concept*) se réfère aux pensées et sentiments sur soi-même ; il combine¹ :

- l'image de soi (*self-image*), qui est la partie cognitive ou descriptive de soi¹(par exemple, « je suis une pianiste »).
- l'estime de soi (*self-esteem*), qui relève de l'évaluation et de l'opinion (par exemple, « j'aime le fait que je sois pianiste »). L'estime de soi concerne notamment l'image qu'a l'individu de lui-même et sa propre confiance en soi¹.

Le concept de soi est décrit par Charles Cooley en 1902. Ce dernier affirme que le concept de soi est dépendant de la manière dont les autres nous perçoivent et nous évaluent. Ainsi, les

personnes les plus importantes dans la vie d'un individu (parents, partenaire, amis proches, etc.) ont un effet d'autant plus fort sur le concept de soi¹. L'idée est développée par George Herbert Mead dans les années 1930 qui décrit le concept de soi comme un processus non pas inné, mais qui se construit à travers les interactions sociales¹.

Le concept de soi comprend le soi passé, le soi présent et le soi futur. Le soi futur représente alors les idées qu'a un individu de ce qu'il pourrait devenir, ce qu'il aimerait devenir ou de ce qu'il a peur de devenir (et souhaite éviter de devenir). Les sois possibles peuvent fonctionner comme des incitations à un comportement donné^{2,3}. La perception du soi passé et du soi futur est liée à la perception du soi dans le présent. La théorie temporelle de l'auto-évaluation soutient l'idée selon laquelle les êtres humains ont tendance à rester positifs dans leur auto-évaluation en se distançant de leur soi négatif, et en prêtant attention à leur soi positif⁴. En outre, les individus ont tendance à percevoir le soi passé de manière moins favorable (par exemple, « je suis devenu meilleur que je ne l'étais ») et le soi futur plus positivement (par exemple, « je serai mieux que je ne le suis maintenant »)^{5,6}.

Le concept de soi se distingue de la conscience de soi qui se réfère à la mesure dans laquelle la connaissance de soi est définie et actuellement applicable aux attitudes et aux dispositions.

Psychologie humaniste

Les psychologues Carl Rogers et Abraham Maslow ont popularisé l'idée de concept de soi. Selon Rogers, tous les humains tendent à chercher à atteindre un « soi idéal ». Rogers a formulé l'hypothèse selon laquelle les personnes en bonne santé psychologique se distancent des rôles créés par les attentes des autres, pour rechercher une validation en eux-mêmes. En revanche, les personnes névrotiques ont des « self-concepts qui ne correspondent pas à leurs expériences... Elles ont peur d'accepter leurs propres expériences comme valides, c'est pourquoi elles les déforment, soit pour se protéger, soit pour gagner l'approbation des autres. »⁷

La théorie de l'auto-catégorisation développée par John Turner suggère que le concept de soi soit constitué d'au moins deux « niveaux » : une identité personnelle et une identité sociale. L'auto-évaluation s'appuie sur la perception de soi-même et sur la perception que les autres ont de soi-même. Le concept de soi peut alterner rapidement entre l'identité personnelle et sociale⁸. Les enfants et les adolescents commencent à intégrer leur identité sociale à leur concept de soi à l'école primaire par l'évaluation de leur position auprès de leurs pairs⁹. Vers l'âge de 5 ans, l'acceptation des pairs a un impact significatif sur le concept de soi des enfants, affectant leur comportement et la réussite scolaire.

Théorie de Rogers

Selon Carl Rogers, le concept de soi a trois éléments différents :

- La perception de soi : image de soi (*self image*).
- La valeur que l'on se donne : estime de soi (*self esteem*) ou sentiment de valeur de soi (*self-worth*).
- Ce que l'on souhaiterait être : le soi idéal (*ideal self*).

Psychologie développementale

Émergence du concept de soi chez l'enfant

Les chercheurs ne sont pas d'accord sur la question de l'auto-développement du concept de soi dans la mesure où il est difficile d'étudier ce sujet chez les jeunes enfants n'ayant pas encore suffisamment développé leurs compétences linguistiques pour exprimer leurs sentiments ou leurs pensées.

Michael Lewis et Jeanne Brooks-Gun (en 1979) ont étudié les réactions des nourrissons et jeunes enfants face au miroir pour tenter d'inférer leur conscience d'eux-mêmes. Ils observent que les enfants de 18 mois ont une certaine conscience d'eux-mêmes : ils essaient d'enlever un point rouge (qui a été posé sur leur visage sans qu'ils s'en aperçoivent) lorsqu'ils le voient dans le miroir, indiquant qu'ils ont conscience que l'image est bien la leur.

Certains chercheurs défendent l'idée que les stéréotypes de genre et les attentes définies par les parents pour leurs enfants impactent la compréhension de soi des enfants dès l'âge de 3 ans environ. D'autres suggèrent que le concept de soi se développe plus tard, soit vers l'âge de 7 ou 8, lorsque les enfants sont au stade de développement leur permettant l'interprétation de leurs propres sentiments et compétences, et avec les commentaires (feedbacks) qu'ils reçoivent de la part de leur entourage.

Malgré des opinions divergentes sur les débuts du développement du concept de soi, les chercheurs s'entendent sur l'importance du concept de soi, qui influe les comportements et les résultats cognitifs et émotionnels, y compris (mais non limité à) la réussite scolaire, les niveaux de bonheur, d'anxiété, d'intégration sociale, d'estime de soi, et la satisfaction dans la vie (life-satisfaction).

Concept de soi académique

Le concept de soi académique (« *academic self-concept* ») désigne les croyances personnelles sur les compétences et performances scolaires. Certaines recherches suggèrent qu'il commence à se développer vers l'âge de 3 à 5 ans, sous l'influence des parents et les éducateurs. Vers l'âge de 10 ou 11 ans, les enfants évaluent leurs compétences scolaires en se comparant à leurs pairs.

Ces comparaisons sociales sont également appelées auto-évaluations (*self-estimates*). L'auto-évaluation de la compétence cognitive est plus juste sur les sujets traitant des nombres, comme les mathématiques, mais beaucoup moins juste dans d'autres domaines, par exemple la vitesse de raisonnement.

Certains chercheurs suggèrent que, pour améliorer le concept de soi académique, les parents et les enseignants doivent donner des feedbacks spécifiques aux enfants en focalisant sur leurs compétences ou de capacités particulières. D'autres recherches suggèrent que les opportunités d'apprentissage doivent être effectuées dans des groupes qui minimisent la comparaison sociale. Ces groupes doivent inclure des enfants dont les performances académiques sont similaires et non similaires, car trop de l'un ou l'autre type de regroupement peut avoir des effets néfastes sur le concept de soi académique de l'enfant.

Psychologie interculturelle

Les représentations de soi dans la relation à l'autre diffèrent d'une culture à l'autre. Les cultures occidentales valorisent davantage l'indépendance et l'expression de ses qualités ou attributs personnels que certaines cultures orientales notamment. Les cultures asiatiques tendent à avoir une vision plus interdépendante du soi : les relations

interpersonnelles sont ainsi plus importantes que les réalisations individuelles. Certains auteurs décrivent ce phénomène par le concept de fusion de l'identité.

Une étude réalisée en Israël a montré une grande différence entre les concepts de soi indépendants et interdépendants au sein du même pays. Des commerçants dans une communauté urbaine ont été comparés à ceux dans un kibboutz (communauté de vie collective). Les personnes vivant dans le kibboutz valorisent l'interdépendance de soi, tandis que l'autre groupe valorise les caractéristiques individuelles.