

La théorie dynamique des 8 fonctions cognitives

Nous allons nous intéresser ici aux grandes lois qui régissent l'organisation et le développement de la psyché.

Principes de différenciation et d'émergence

Principe de différenciation : les quatre fonctions, Sensation, intuition, Pensée, Sentiment, tiennent dans la psyché de chacun une place et rôle clairement différenciés qui créent des dynamiques spécifiques. ⁽¹⁾

Principe d'émergence : la différenciation des fonctions s'opère au cours d'étapes successives. ⁽¹⁾

Jung, Briggs et Myers ont donc identifié les 8 fonctions dominantes, mais ils ont aussi noté qu'un individu – avec sa Dominante – utilisait **toutes** les autres fonctions, mais que celles-ci se développent à des **rythmes** différents, ces rythmes étant propres à chaque type.

L'idée est que, même si **l'orientation énergétique** (introversion ou extraversion) de notre type est **innée**, son organisation se réalise au fur et à mesure de notre **développement**. La structuration de notre type s'effectue en fait autour des fonctions cérébrales, c'est-à-dire la fonction Perception (collecte des données) et la fonction Jugement (traitement des données). C'est pourquoi, dans chaque type, c'est avec la **dernière** lettre (P ou J), qui indique notre orientation **comportementale**, que nous pourrions découvrir quel a été l'ordre du développement de nos préférences de fonctionnement mental (ce sont les deux lettres du milieu – ST, SF, NT, NF – du type MBTI).

Dans chaque type la fonction qui se développe en premier, ou au plus tôt, est appelée Dominante. **La Dominante est la fonction qui est « aux commandes » de notre personnalité.** Tout comme dans une voiture, il ne pourrait y avoir deux conducteurs, sous peine de graves problèmes... C'est aussi la plus solide puisque, ayant commencé la première à se développer, elle continue, comme les autres, à le faire tout au long de notre vie. Elle est par conséquent **déterminante** de bien des choses chez nous. En particulier, c'est la fonction mentale que nous allons utiliser dans le monde qui nous est le plus accessible, donc celui où nous puisons notre énergie. Ainsi un Extraverti, qui trouve son énergie dans l'environnement, utilisera et extériorisera sa fonction dominante dans son monde extérieur c'est-à-dire dans son milieu, dans son entourage. Au contraire, un Introverti utilisera mais n'extériorisera pas (et pour cause...) sa fonction dominante dans son monde intérieur c'est-à-dire dans ses pensées, dans ses réflexions, ses états d'âme.

Un peu plus tard – mais tout de même très tôt dans notre vie (dès l'enfance donc) – commence à se développer la **fonction Auxiliaire**. Celle-ci est appelée « auxiliaire » plutôt que deuxième ou seconde, parce que précisément elle vient seconder, servir

d'Auxiliaire à la Dominante, et ce sera dans le monde qui est moins familier au type. Donc, chez un Extraverti, l'Auxiliaire sera vécue dans le monde intérieur et sera par conséquent introvertie. Au contraire, chez l'Introverti, l'Auxiliaire sera vécue dans le monde extérieur et sera par conséquent extravertie. Cette Auxiliaire servira son type dans **l'autre fonction mentale** en polarité avec la fonction Dominante.

Par conséquent, chez l'Extraverti la Dominante sera extravertie et l'Auxiliaire introvertie. Au contraire, chez l'Introverti la Dominante sera introvertie et l'Auxiliaire extravertie. Cela signifie que chez un Extraverti la Dominante est assez visible, assez observable, tandis que chez un Introverti c'est l'Auxiliaire qui l'est. On note par ailleurs que face à 8 fonctions Dominantes, on a donc deux possibilités à chaque fois pour l'Auxiliaire : on retrouve donc bien les **16 types** !

Les deux fonctions sont indispensables à la personnalité; elles se complètent, se combinent et s'équilibrent. Elles jouent dans une polarité verticale. Quand la fonction Dominante est en Perception, la fonction Auxiliaire est nécessairement en Jugement et vice versa.

Pour les deux autres fonctions, la troisième dite **Tertiaire** et la quatrième dite **Inférieure** s'équilibrent comme le font Dominante et Auxiliaire, en jouant dans deux mondes **différents**. Le principe est que si l'Auxiliaire s'exprime dans le monde intérieur (chez les Extravertis), la Tertiaire sera agissante dans le monde extérieur et l'Inférieure dans le monde intérieur. Au contraire, si l'Auxiliaire s'exprime dans le monde extérieur (chez les Introvertis), la Tertiaire sera agissante dans le monde intérieur et l'Inférieure dans le monde extérieur.

De plus, la **Tertiaire** se situe dans la même fonction mentale que **l'Auxiliaire** mais bien sûr en opposé (en polarité), alors que **l'Inférieure** se trouve dans la même fonction que la **Dominante** mais également en opposé. Ainsi si la Dominante est en Perception, l'Inférieure l'est aussi. Par exemple puisque la Dominante d'un INTP est en Jugement et est T, son Inférieure est fatalement aussi en Jugement et est donc F.

La Tertiaire et plus encore l'Inférieure correspondent aux parties les **moins développées** de notre personnalité, D'abord, parce qu'elles se développent **plus tard** (adolescence et début de l'âge adulte). C'est « **l'ombre** » de la personnalité, la face cachée surtout à nos propres yeux. Certains auteurs prétendent même que, chez beaucoup de gens, l'Inférieure ne parvient probablement pas à se **développer**, du moins **pas suffisamment** pour leur être utile.

Par voie de conséquence, **l'Inférieure** est la fonction dans laquelle nous sommes les plus **mal habiles**. C'est donc la fonction dont l'exercice lent et mal maîtrisé peut nous attirer des **ennuis**, en particulier dans nos relations avec autrui. Elle est aussi très **susceptible**, et peut donc générer de violentes réactions émotionnelles.

Le drame est que nous pouvons « mal » utiliser cette fonction, soit parce que nous **l'ignorons** soit au contraire parce que nous voulons **trop** ne pas l'oublier. Par exemple un ENFP risque en principe d'être mal habile dans sa fonction inférieure S tout simplement parce qu'il n'a pas conscience de sa faiblesse dans le recueil des données par les sens. Mais il peut l'être aussi parce que, attentif à cette carence, il met trop

d'emphase à la combler et cherche trop des sensations dont en principes il n'a pas besoin... C'est le **paradoxe** de chaque type mais aussi ce qui fait sa **richesse**.

C'est pourtant aussi la voie royale de l'inconscient créatif, la **plus grande source de développement personnel** – car que développer sinon un embryon aux potentialités inexploitées ?

Principe d'individuation – le chemin du serpent

Principe d'individuation : l'homme en développement tend à devenir une unité autonome. Pour ce faire, il doit avoir une certaine maîtrise de chacune de ses fonctions.⁽¹⁾

L'**individuation**, point central chez Jung, est « *le processus par lequel un être devient un individu psychologique, c'est-à-dire une unité autonome et indivisible, une totalité* ». C. G. Jung (Ma vie, p. 457). Chemin de la conscience et de la liberté, c'est l'exigence se faisant valoir à l'homme, lorsqu'il a établi sa place dans le monde : celle d'**être vraiment lui-même**, être ce qu'il est, tout ce qu'il est, et seulement ce qu'il est. Mais c'est une façon de reconnaître l'inconscient et de « faire avec », et non pas un état stable, optimal, terminal, une fin où se dire « ça y est, j'ai terminé ! ».

Ainsi, l'individu se libère progressivement des fardeaux qui le pilotent malgré lui et qui l'empêchent d'être totalement responsable de ses actes dans certaines situations. Cette démarche d'individuation est un processus pouvant être long qui passe par différentes phases. Elles dépendent des contenus inconscients avec lesquels il a affaire : la **persona** qui représente l'identification de la personne avec son rôle dans la société, l'**ombre** qui contient tout ce que la personne juge moralement répréhensible, l'**anima** (pour les hommes), ou l'**animus** (pour les femmes), qui représentent respectivement les valeurs féminines et masculines.

C'est, au plan psychique, l'équivalent de ce qui, au plan physiologique, fait que l'œuf fécondé va se diviser et se différencier pour donner un bébé humain avec une peau, des os, du sang, un système nerveux. Tout cela était déjà à l'état potentiel dans l'œuf fécondé. C'est la réalisation du programme génétique propre à l'espèce humaine qui fait que cet œuf fécondé ne deviendra pas un pommier ou une vache, mais un être humain. Le processus d'individuation serait lui aussi un programme de développement et de différenciation qui passe par des étapes prédéterminées pour aboutir à un psychisme humain.

« L'individuation, ce n'est pas rejeter tout ce qui vient du dehors, c'est le recevoir, le digérer, l'intégrer, le faire sien tout en préservant sa propre individualité. L'individuation, c'est faire vivre harmonieusement tout ce qui nous constitue, tout ce qui nous vient de l'inconscient personnel, familial, collectif, réunir nos deux pôles féminin et masculin, notre persona et notre ombre, notre esprit, notre cœur et notre corps. L'individuation, c'est marier en soi l'héritage familial, social, religieux et ce qui nous appartient en propre, ce qui fait que nous sommes un individu différent de l'autre, ce quelque chose qui nous fait unique. » - Roland Cahen

Le processus peut être inconscient, il « *ne signifie ni plus ni moins que la transformation d'un gland en chêne, d'un veau en vache et d'un enfant en adulte* ». C.G. Jung, Réponse à Job. Mais il peut aussi être **conscient** par :

- la différenciation entre le moi et
 - le monde **extérieur**, en surmontant les **projections** – à savoir nos sentiments pénibles que nous attribuons à d'autres ; pour cela, il faut prendre conscience que nos réactions disproportionnées sont signe de la manifestation de la fonction inférieure, et que ce n'est pas X qui nous énerve, mais nous qui nous énervons avec X...
 - le monde **intérieur**, en surmontant l'**inflation** – à savoir le sentiment de griserie venant du succès à surmonter les projections, qui laisse penser que les problèmes ont été résolus ;
- le **développement du type**, c'est-à-dire devenir de mieux en mieux ce que l'on est, en maîtrisant parfaitement nos fonctions préférées et à se débrouiller avec les autres.

Après ces développements complexes, on peut représenter plus visuellement les quatre fonctions en considérant qu'il existe deux axes :

- l'axe Perception : avec la Sensation S et l'iNtuition N
- l'axe Décision : avec la Pensée T et le Sentiment F

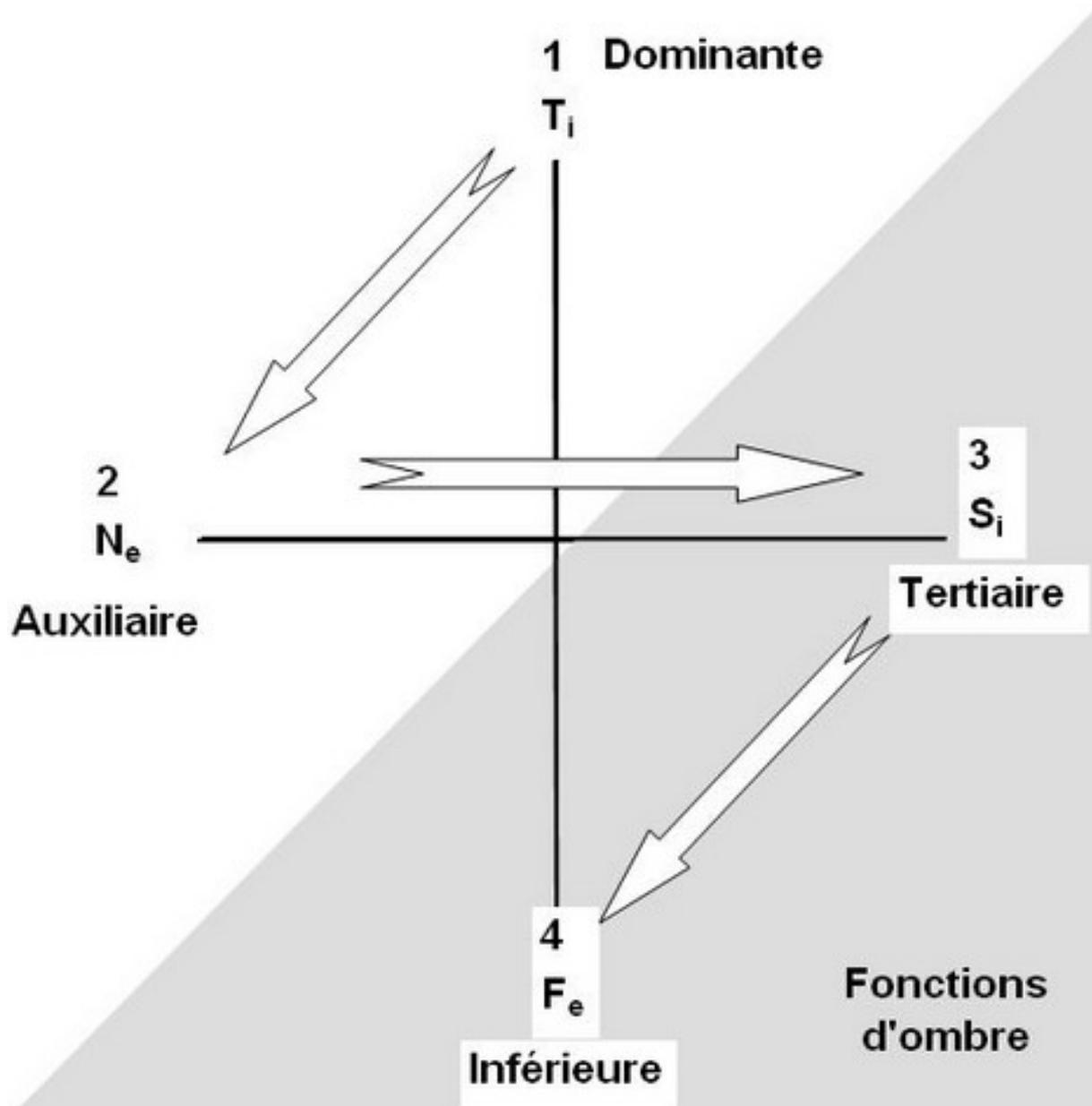
La **Dominante** sera placée tout en haut : c'est la **première** des fonctions par ordre d'apparition (**enfance**), de priorité d'utilisation et de maîtrise consciente. Elle est extravertie pour les Extravertis et introvertie pour les Introvertis

L'**Auxiliaire**, à gauche : elle **équilibre** la Dominante à l'**adolescence** par nature de fonction mentale et par orientation de l'énergie

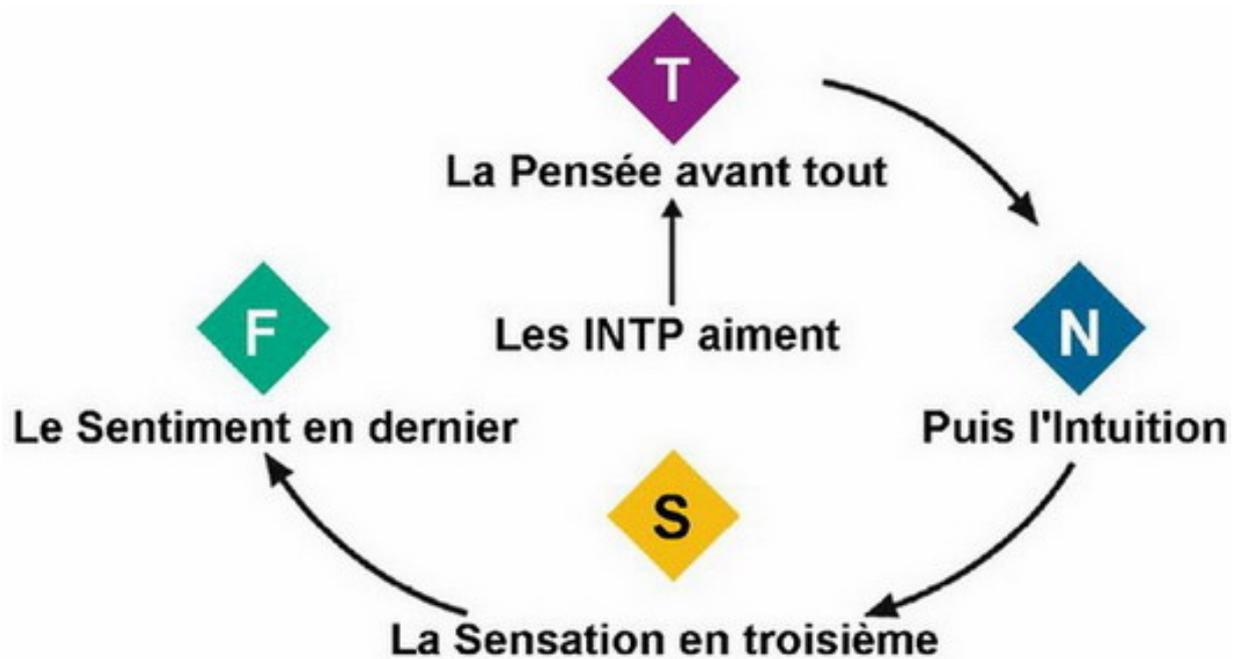
La **Tertiaire**, à droite : activée au début de l'âge **adulte**, elle est le pôle opposé de l'Auxiliaire sur la même nature de fonction, avec une orientation opposée.

L'**Inférieure**, en bas : particulièrement activée à la **mi-vie**, elle est le pôle opposé de la Dominante sur la même nature de fonction avec une orientation opposée. Elle est tout à la fois : la fonction la plus difficile, source de nos **erreurs**, de nos **susceptibilités**, de nos projections mais c'est aussi le réservoir de l'**inconscient créatif** et le potentiel de notre **développement**

Le schéma de développement des fonctions forme donc « **le chemin du serpent** » ; il correspond au développement passé mais aussi à la voie pour le développement futur :



Présentons par exemple ici les fonctions de l'INTP :



En pratique...

Pour retrouver facilement les 2 premières fonctions (les 2 dernières sont les opposées !), on procède ainsi :

- la **première** lettre donne l'orientation de la **Dominante** : exemple pour l'INTP : Introvertie
- la **dernière** donne la préférence **Extravertie** : ici la Perception P
- la Perception est Extravertie, on regarde donc la deuxième lettre et on trouve la fonction N_e
- or la Dominante est Introvertie, donc N_e est l'Auxiliaire
- on regarde donc le 3^{ème} lettre qui sera la Dominante : T_i
- la Tertiaire est le pôle opposé de l'Auxiliaire avec l'orientation opposée : ici S_i
- enfin, l'Inférieure est le pôle opposé de la Dominante avec l'orientation opposée : ici F_e

Dans notre exemple, on retrouve bien la configuration du graphique du chemin du serpent.

Essayons sur d'autres exemples :

ETAPE 2

La fonction Dominante
est Extravertie



ETAPE 1

La fonction Extravertie
est la Perception

donc on a l'ordre des fonctions $N_e / F_i / T_e / S_i$

ETAPE 2

La fonction Dominante
est Extravertie



ETAPE 1

La fonction Extravertie
est le Jugement

donc on a l'ordre des fonctions $T_e / S_i / N_e / F_i$

ETAPE 2

La fonction Dominante
est Introvertie



ETAPE 1

La fonction Extravertie
est la Perception

donc on a l'ordre des fonctions $F_i / N_e / S_i / T_e$

ETAPE 2
La fonction Dominante
est Introvertie



ETAPE 1
La fonction Extravertie
est le Jugement

donc on a l'ordre des fonctions $S_i / T_e / F_i / N_e$

Les fonctions des 16 types

Type	IS_iT_eJ	IS_iF_eJ	IN_iF_eJ	IN_iT_eJ
Dominante	Sensation Introvertie	Sensation Introvertie	Intuition Introvertie	Intuition Introvertie
Auxiliaire	Pensée Extravertie	Sentiment Extraverti	Sentiment Extraverti	Pensée Extravertie
Tertiaire	Sentiment Introverti	Pensée Introvertie	Pensée Introvertie	Sentiment Introverti
Inférieure	Intuition Extravertie	Intuition Extravertie	Sensation Extravertie	Sensation Extravertie
Type	IS_eT_iP	IS_eF_iP	IN_eF_iP	IN_eT_iP
Dominante	Pensée Introvertie	Sentiment Introverti	Sentiment Introverti	Pensée Introvertie
Auxiliaire	Sensation Extravertie	Sensation Extravertie	Intuition Extravertie	Intuition Extravertie
Tertiaire	Intuition Introvertie	Intuition Introvertie	Sensation Introvertie	Sensation Introvertie
Inférieure	Sentiment Extraverti	Pensée Extravertie	Pensée Extravertie	Sentiment Extraverti
Type	ES_eT_iP	ES_eF_iP	EN_eF_iP	EN_eT_iP
Dominante	Sensation Extravertie	Sensation Extravertie	Intuition Extravertie	Intuition Extravertie
Auxiliaire	Pensée Introvertie	Sentiment Introverti	Sentiment Introverti	Pensée Introvertie
Tertiaire	Sentiment Extraverti	Pensée Extravertie	Pensée Extravertie	Sentiment Extraverti
Inférieure	Intuition Introvertie	Intuition Introvertie	Sensation Introvertie	Sensation Introvertie
Type	ES_iT_eJ	ES_iF_eJ	EN_iF_eJ	EN_iT_eJ
Dominante	Pensée Extravertie	Sentiment Extraverti	Sentiment Extraverti	Pensée Extravertie
Auxiliaire	Sensation Introvertie	Sensation Introvertie	Intuition Introvertie	Intuition Introvertie
Tertiaire	Intuition Extravertie	Intuition Extravertie	Sensation Extravertie	Sensation Extravertie
Inférieure	Sentiment Introverti	Pensée Introvertie	Pensée Introvertie	Sentiment Introverti

Les 4 Types Sensation

Sensation Extravertie	avec Pensée Introvertie	ESTP
Sensation Extravertie	avec Sentiment Introverti	ESFP
Sensation Introvertie	avec Pensée Extravertie	ISTJ
Sensation Introvertie	avec Sentiment Extraverti	ISFJ

Les 4 Types iNtuition

iNtuition Extravertie	avec Pensée Introvertie	ENTP
iNtuition Extravertie	avec Sentiment Introverti	ENFP
iNtuition Introvertie	avec Pensée Extravertie	INTJ
iNtuition Introvertie	avec Sentiment Extraverti	INFJ

Les 4 Types Pensée

Pensée Introvertie	avec Sensation Extravertie	ISTP
Pensée Introvertie	avec iNtuition Extravertie	INTP
Pensée Extravertie	avec Sensation Introvertie	ESTJ
Pensée Extravertie	avec iNtuition Introvertie	ENTJ

Les 4 Types Sentiment

Sentiment Introverti	avec Sensation Extravertie	ISFP
Sentiment Introverti	avec iNtuition Extravertie	INFP
Sentiment Extraverti	avec Sensation Introvertie	ESFJ
Sentiment Extraverti	avec iNtuition Introvertie	ENFJ

Expression de la fonction inférieure

La Sensation S

	Extravertie	Introvertie
Par insuffisance	Ne s'intéresse pas aux détails	A du mal avec les activités répétitives
	Gestion difficile de l'argent	Peut se négliger
	Peut être malhabile	Travail jusqu'à l'épuisement
	Difficultés à donner une valeur aux choses	
	« L'intendance suivra »	
Par excès	Excès physiques	
	Perfectionnisme pointilleux	Trop d'importance aux détails
	Réactions excessives, colère	Hypocondrie possible
		Perte de contact avec son environnement
		Régime alimentaire chaotique
	Tendance au retrait, à la dépression	

L'iNtuition N

	Extravertie	Introvertie
Par insuffisance	Trop d'attention aux détails	Manque de confiance dans l'avenir
	Raisonnement à court terme	Trop d'attachement aux objets
	Peur de l'inconnu	Rejet de tout ce qui est théorique
	Rejet des idées nouvelles	Manque de confiance
	Catastrophisme	
Par excès	Raisonnement irrationnel	Rigidité morale ou religieuse
	Vision noire de l'avenir	Recherche de symbolisme
	Attraction vers l'irrationnel	Crainte de l'erreur
	Impulsivité	Erreurs d'interprétation
		Croyances magiques, images négatives

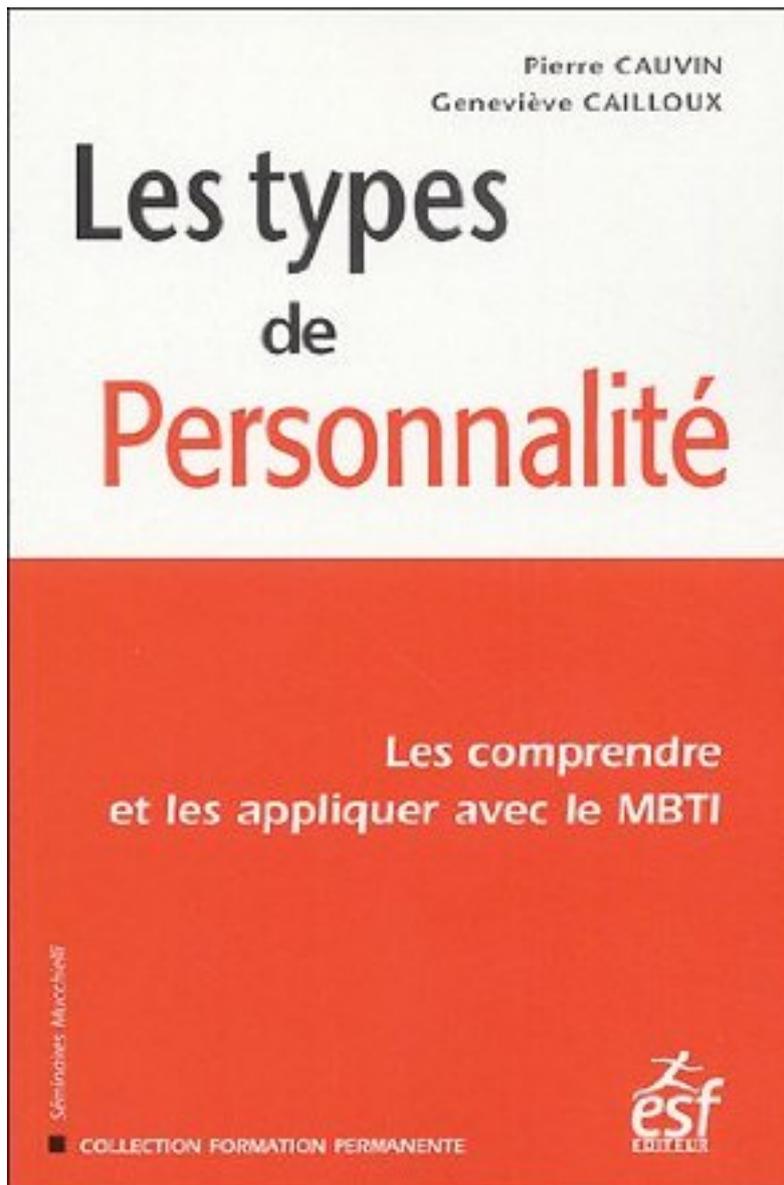
La Pensée T

	Extravertie	Introvertie
Par insuffisance	Difficulté d'affirmation de soi	Absence de rigueur intellectuelle
	Manque d'assertivité	Difficultés à trouver des solutions logiques
	Difficulté à prendre des distances	Difficultés à exprimer ses besoins
	Difficulté à structurer une démarche	Manque d'objectivité
	Noyade dans les détails	Enthousiasme excessif
Par excès	Décisions abruptes ou précipitées	Dénigrement de soi
	Critiques agressives	Admiration des « intellectuels »
	Volonté d'avoir raison à tout prix	Tendance à être docte

Le Sentiment F

	Extravertie	Introvertie
Par insuffisance	Gêne face aux sentiments	Difficultés à accéder à ses propres sentiments
	Excès de logique	Difficulté à prendre des décisions dans le domaine des valeurs
	Difficultés à se mettre à la place des autres	Tendance à régenter sans prendre en compte les sentiments des autres
	Diff à supporter les demandes affectives	
	Insensibilité aux sentiments des autres	
Par excès	Expression des sentiments brutales ou à contretemps	Enthousiasme irréfléchi
	Sentimentalisme	Manifestation extrême des sentiments
		Toute remarque devient critique personnelle
		Hypersensibilité aux sentiments intérieurs

(1) D'après l'excellent **Les types de personnalité**



de P. Cauvin et G. Cailloux, ESF Éditeur