

L'INCONSCIENT CHEZ FREUD, ENFIN EXPLIQUÉ SIMPLEMENT

Doria Messaoudene

L'inconscient chez Freud, enfin expliqué simplement

Si vous pensiez encore être totalement **maître de vos actes ou de vos émotions**, il est temps pour vous de lire Freud, ou du moins, de comprendre sa notion d'inconscient.

En effet, si l'on en croit l'hypothèse de Freud : une pensée, un rêve, un acte manqué, un lapsus et même une action ne surviennent jamais par hasard. Au contraire, ils traduisent toujours **un conflit à l'intérieur de nous**.

En d'autres termes, Freud affirme qu'une grande partie de ce qui se passe dans notre tête nous échappe complètement, car **nous n'avons aucun contrôle sur notre inconscient**. La seule chose que nous pouvons faire, c'est tenter de comprendre nos conflits internes, et pour cela, **la psychanalyse est l'unique outil dont nous disposons**.

Alors...

- D'où vient cette histoire d'**inconscient**, est-ce vraiment sérieux ?
- Comment ça se passe **dans ma tête** ?
- Comment se créent **mes pensées** ?
- Et pourquoi **je n'ai pas toute puissance** sur moi-même ?

Commençons par un peu d'histoire...

Dès le XVII^e siècle, la philosophie classique **porte son attention sur la conscience et ses manifestations**, à savoir : la pensée, la mémoire, l'imagination... Pour autant, même si elle a pressenti qu'**une partie de notre psychisme échappe à la conscience**, elle n'en a pas fait l'objet de son étude. Il faudra attendre le XX^e siècle pour que Freud nomme l'innommable, à savoir : ce mystère qu'est l'inconscient.

Mais qui est ce Freud ?

Sigmund Freud (1846-1939) est né en République Tchèque et arrive à Vienne (ville très culturelle à l'époque) à l'âge de 4 ans. Plus tard, il fait des études de médecine et s'intéresse particulièrement **au système nerveux**.

En 1885, Freud voyage à Paris pour suivre les cours du grand Professeur Charcot (un neurologue et professeur d'anatomie pathologique, qui se consacre à l'étude des maladies). Freud y découvre l'hystérie et **prend conscience de la réalité des maladies mentales** (parce que jusque là, on ne s'en occupait pas trop trop).

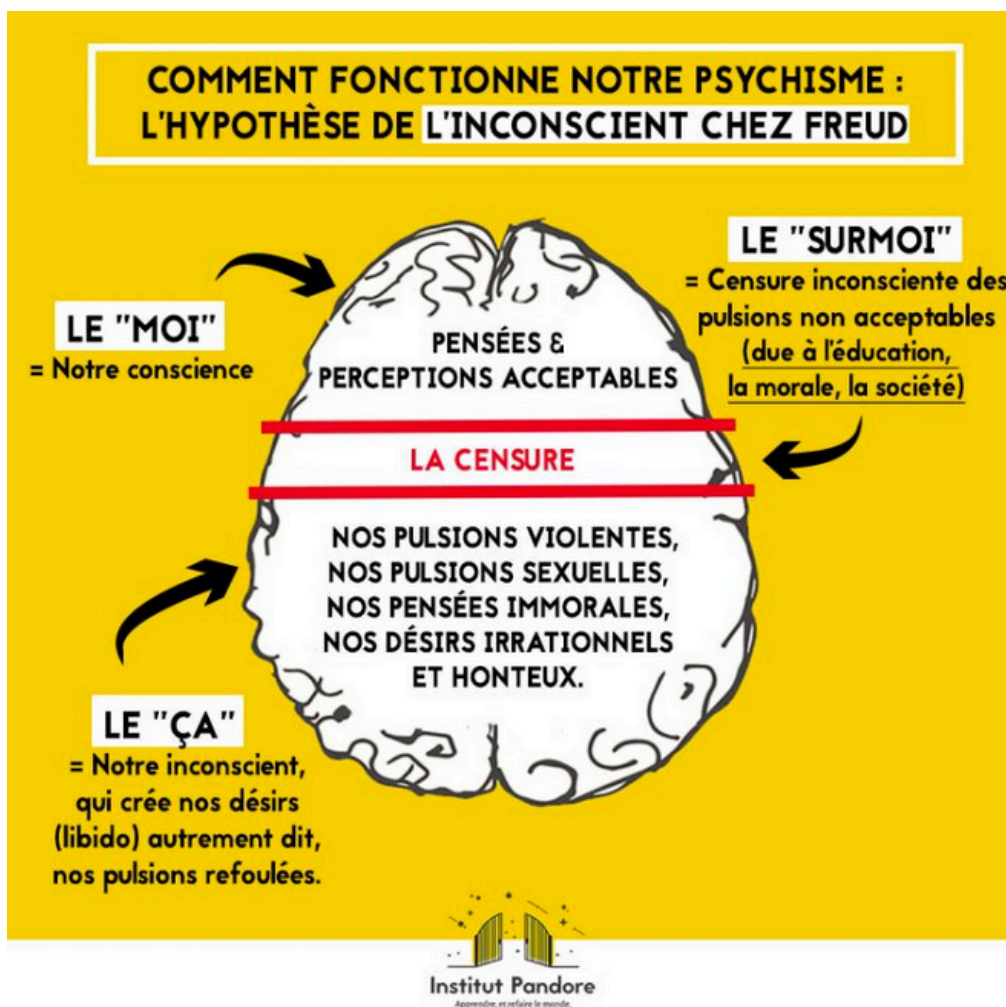
Bouleversé par tout cela et très influencé par Charcot, il se lance dans la recherche avec comme postulat de travail : **tous les symptômes des patients ont un sens, qui doit être décrypté et expliqué.**

Freud crée donc la psychanalyse, c'est-à-dire une investigation psychologique qui cherche à décrypter toutes nos conduites inconscientes, dans le but d'apaiser les troubles de ses patients.

J'ai débuté mes activités professionnelles dans l'intention de soulager mes patients. — Sigmund Freud

Qu'est-ce qu'il découvre ?

Pour Freud, la conscience ne constitue pas la forme fondamentale du psychisme humain. Il pense au contraire que **notre psychisme** (= l'ensemble des phénomènes mentaux, c'est-à-dire nos pensées, nos émotions, notre conscience...) **est divisé** en trois parties : le **"Moi"**, le **"Ça"** et le **"Surmoi"**.



NOTICE :

1) Le “Ça” crée des **désirs immoraux**

2) Ces désirs viennent se heurter à **la censure du “Surmoi”** qui filtre les désirs pas très acceptables

3) Le “Moi” reçoit donc que des **désirs moralement acceptables**

Il y a donc un perpétuel combat entre le “Moi” conscient et le “Ça” inconscient qui correspond à **la lutte entre le principe de réalité** (= le moi qui cherche à s’adapter à la réalité et à ses exigences) et **le principe de plaisir** (= l’inconscient cherche à satisfaire ses pulsions sans tenir compte de la réalité). S’ajoute à cela, le “Surmoi” vient peser sur le “Moi” pour renforcer la censure, dans le but de ne recevoir que des pensées acceptables.

Ainsi, selon Freud, notre psychisme est essentiellement contrôlé par l’inconscient — mais on ne s’en rend pas compte, et cet inconscient n’est autre qu’un **lieu de refoulement** à l’intérieur de notre petite tête.

Un lieu de refoulement ?

Selon Freud, l’inconscient contient de mauvaises représentations et des pulsions amORALES que **la censure** (= barrage sélectif en nous, engendré par la morale, l’éducation, les codes de la société) maintient hors du système conscient.

Le refoulement est donc l’opération par laquelle **le sujet repousse dans l’inconscient des représentations ou des pulsions qu’il juge indésirables** (et bien sûr, cette opération se fait mécaniquement, sans que l’on s’en rende compte).

Ainsi, notre inconscient devient le lieu où nous refoulons toutes nos mauvaises pensées, nos pulsions les plus absurdes et honteuses.

Mais pourquoi ces pulsions/représentations/pensées sont-elles si indésirables ? Car selon Freud, elles sont avant tout **libidinales, et généralement amORALES et asociales** — c’est donc pour cela qu’on les cache au fond de nous.

Et concrètement, comment ces pulsions se manifestent dans notre vie de tous les jours ?

C’est là que ça devient intrigant. D’après Freud, **ces pulsions refoulées vont se déguiser** afin de pouvoir franchir la censure (car elles en ont marre d’être bloquées dans l’inconscient). Parmi ces déguisements, on trouve : les actes manqués, les lapsus, les rêves, les symptômes des maladies mentales...

Pour Freud, tous ces déguisements sont de véritables actes. Il considère qu’il n’y a pas de hasard. Ainsi ; nos rêves, nos lapsus, **nos actes manqués sont toujours porteurs d’un sens**, qu’il faudra décrypter.

Exemples de choses qui nous échappent :

- **Les rêves** : refaire 25 fois le même rêve ou le même cauchemar.
- **Les actes manqués** : perdre ses clés, envoyer un sms au mauvais destinataire...
- **Les lapsus** : quand, en pleine conversation, vous remplacez un mot par un autre (et que c'est gênant).

Mais elle est vraiment sérieuse sa théorie de l'inconscient ?

Le problème avec l'inconscient, c'est qu'**il ne peut jamais être connu directement** : on n'en saisit que des symptômes ou des manifestations déguisées (les actes manqués, les lapsus, les rêves, etc.) Nous n'avons donc que des traces, **des indices de l'inconscient, qu'il nous faut reconstituer** et interpréter. Alors la question se pose : la théorie de l'inconscient est-elle si légitime que ça ?

D'abord, contrairement à tout ce que dit Freud, on peut penser que **seule notre réalité psychique constitue notre conscience**. Ainsi, on expliquera nos actes manqués par la fatigue, ou la distraction. Même chose pour les rêves et les maladies mentales, on les interprétera par **la physiologie** (= science qui étudie le fonctionnement et l'organisation mécanique du corps).

Cependant, on ne va pas se mentir : **il y a des choses qui nous échappent**. Par exemple, nous sentons bien que nos rêves ont souvent rapport avec notre vie, nos angoisses, nos problèmes... Mais pourtant on ne sait pas expliquer ni pourquoi, ni comment. De même, il nous arrive parfois de ressentir **des forces en nous**, qui nous semblent étrangères et qui pourtant nous contrôlent : vous savez, ce fameux "*c'est plus fort que moi*" quand on assouvit un de nos désirs.

Le moi n'est pas maître en sa propre maison. — Sigmund Freud, *Introduction à la psychanalyse*

Voilà pourquoi Freud pense que l'hypothèse de l'inconscient est absolument nécessaire : **l'inconscient permet d'expliquer des choses mystérieuses**, en donnant du sens à tous nos phénomènes psychiques — même si ses interprétations sont toujours essentiellement basées sur la sexualité du patient, Freud évoque souvent **une trop forte libido** comme cause majeure aux souffrances de ses patients (cf. **le Complexe d'Oedipe**).

Alors on a commencé à critiquer l'inconscient freudien...

L'hypothèse freudienne a été soumise à de virulentes critiques. D'abord, **on reproche à la psychanalyse de ne pas être une science** : selon le philosophe autrichien **Karl Popper**, la psychanalyse est une discipline bien trop souple, car elle ne propose que des interprétations et ne fait l'objet d'aucune expérimentation.

Ensuite, l'idée d'inconscient a suscité de nombreuses critiques du point de vue moral. Pour le philosophe **Alain**, il est assez clair que cette hypothèse **remet en cause la liberté, la moralité et la responsabilité humaine**. Cela signifie que l'inconscient nous condamne à ne plus être maître de nous-même, à n'être que de

pauvres hommes irresponsables qui seraient victimes de nos pulsions incontrôlables. Pour Alain, c'est impossible car l'homme est avant tout un être moral et responsable de ses actes. **Croire en l'inconscient revient alors à déresponsabiliser l'homme.**

Et puis il y a **Sartre**, qui sans pincettes, vient totalement détruire la théorie de Freud. Il s'y attaque à partir de la notion de censure et s'interroge : *"comment peut-on censurer ou refouler quelque chose en nous que l'on ne connaît pas ?"* **Il considère alors la censure comme une contradiction**, et l'inconscient comme une "mauvaise foi", car pour refouler quelque chose, il faut avoir conscience de cette chose.

Pour finir...

Même si Freud n'est pas à proprement parler un philosophe, en créant la psychanalyse et sa théorie de l'inconscient, il **bouleverse la pensée** de l'époque et **creuse là où la philosophie n'était pas allée**. Et c'est en cela que sa théorie intéresse les philosophes, car elle offre **un nouveau regard sur le fonctionnement psychique** de l'être humain.

Si le sujet vous intéresse davantage, n'hésitez pas à lire les quelque 500 pages de son *Introduction à la psychanalyse*, qui vous en diront plus sur l'interprétation des rêves, des actes manqués et tout ce qui nous échappe...

Doria Messaoudene

Rédactrice — diplômée en littérature, passionnée de philosophie et de plein de trucs cool qui font réfléchir.