

# Inconscient

L'inconscient (de in-, préfixe privatif et conscient, traduction de l'allemand Das Unbewusste) est un concept de psychologie qui désigne l'activité psychique se déroulant hors de la sphère consciente dans l'esprit d'un individu. Suivant les domaines et les points de vue théoriques, on pourra ainsi désigner comme inconscient un désir subconscient, une perception subliminale, un attitude ou un préjugé implicite, un apprentissage procédural, etc.

L'opposition entre phénomènes conscients et inconscients est déjà présente au XVIIIe siècle dans les travaux de philosophes comme Leibniz et continuera d'être développée au cours du siècle suivant, notamment par Eduard von Hartmann, auteur en 1869 d'une Philosophie des Unbewussten traduite en Philosophie de l'Inconscient, première apparition du mot en français. Parallèlement, des psychiatres tels que Pierre Janet de l'École de la Salpêtrière explorent la nature psychologique et psychopathologique de l'inconscient. Sous l'influence de ce dernier, l'inconscient deviendra un concept central de la théorie psychanalytique développée par Sigmund Freud. Au cours du XXe siècle, les différents courants de la psychanalyse donneront des interprétations variables du rôle et de la nature des phénomènes inconscients. Ainsi, Jung en proposera une lecture sociale à travers la notion d'inconscient collectif. Dans le même temps, de nombreux travaux en psychologie sociale et en psychologie cognitive aborderont expérimentalement les processus inconscients et plus récemment, les bases cérébrales de ces processus font l'objet de nombreux travaux de recherche en neurosciences cognitives et notamment grâce aux informations fournies par les études neuropsychologiques de phénomènes comme la « vision aveugle » ou la négligence ainsi que par les études en neuroimagerie. Suivant les auteurs, ces travaux se placent dans une perspective compatible ou au contraire relativement disjointe des approches psychanalytiques mentionnées précédemment.

## Définition

Dans un sens général, l'inconscient est tout ce qui n'est pas conscient. Cela peut-être compris comme ce qui n'est pas conscient à un moment donné (l'infraconscient, par exemple, un bruit d'eau courante qu'on n'avait pas remarqué jusqu'alors) ou comme ce qui est inaccessible à la conscience.

D'après la théorie psychanalytique, l'inconscient est l'hypothèse d'un maillage d'idées, de perceptions, d'émotions constituant le psychisme. Il ne s'agirait pas ici simplement de l'opposition à la notion de conscience mais d'une structure réactive et dynamique. Par exemple, un changement à une des mailles provoqué par une perception pourrait entraîner des modifications sur une plus grande partie du psychisme. Cette structure fonctionnerait avec ou sans conscience ce qui est contradictoire avec son nom.

## L'inconscient psychanalytique

Selon Freud, nos actes manqués (y compris les représentations, qui sont des « actes psychiques » selon Freud) répondent à des raisons, des désirs non formulés de façon intelligible, sans que l'on ait conscience de ces motifs. Ceci pose quelques questions : quels

sont ces désirs, comment apprendre ce qu'ils sont ? Pourquoi n'en avons-nous pas conscience ?

La psychanalyse se présente comme une méthode d'investigation des processus psychiques inconscients. Ceci rappelle, en premier lieu, l'intérêt de l'hypothèse : un processus inconscient n'en est pas moins psychique, il pourrait donc, d'après la psychanalyse, être évoqué sous hypnose.

Freud établit en 1900 sa première topique, composée de trois systèmes : l'inconscient, duquel émanent les désirs/fantasmes, et qui contient aussi des idées et des désirs refoulés (empêchées de "remonter" vers la conscience par la force du refoulement) ; le conscient, qui ne peut pas apercevoir ces idées tant qu'elles demeurent dans l'inconscient ; enfin le préconscient, qui contient les pensées latentes, c'est-à-dire celles qui sont susceptibles de devenir conscientes, celles qui ont pu franchir la censure (ou refoulement) pour accéder à cette "zone" accessible à l'attention de la conscience. En 1920, Freud établit une seconde topique comprenant elle aussi trois structures : le ça, réservoir de pulsions inconscientes ; le moi, correspondant à notre centre d'adaptation à la réalité (la conscience) ; enfin le surmoi, intériorisation des interdits et des règles parentales, qui fonctionne comme une instance morale sévère exerçant une partie de la censure (ou refoulement) et représente notre moi idéal. J.Lacan émettra par la suite de nouvelles perspectives quant au fonctionnement de l'inconscient...

## Les idées de Sigmund Freud

Nos actes manqués (y compris les représentations qui sont des « actes psychiques » selon Freud) répondraient à des raisons, des désirs non formulés de façon intelligible, sans que l'on ait conscience de ces choix. Ceci pose quelques questions : quels sont ces désirs, comment apprendre ce qu'ils sont ? Pourquoi n'en avons-nous pas conscience ?

La psychanalyse se présente comme une méthode d'investigation de processus psychiques inconscients. Ceci, en premier lieu, rappelle l'intérêt de l'hypothèse : un processus inconscient n'en serait pas moins psychique, il pourrait, d'après la psychanalyse, être évoqué sous hypnose. Freud établit en 1900 sa première topique composé de trois systèmes : l'inconscient duquel émaneraient les désirs/fantasmes, le conscient qui les analyserait en continu et le préconscient qui les emmagasinerait et les rétablirait dans le conscient. En 1920, il établit une seconde topique comprenant elle aussi trois structures, le ça, pouvant s'identifier à l'inconscient, le moi dans lequel émergeraient les fantasmes s'ils n'ont pas été refoulés dans le ça par le surmoi. J.Lacan émettra par la suite de nouvelles perspectives quant au fonctionnement de l'inconscient...

## L'hypnose et l'association libre

La pratique de l'hypnose, avait depuis longtemps mis en évidence l'existence de processus psychiques inconscients (Bernheim, Janet...) : "Je me souvins alors d'une expérience étrange et instructive que j'avais vue chez Bernheim, à Nancy ; Bernheim nous avait montré que les sujets qu'il avait mis en somnambulisme hypnotique et auxquels il avait fait accomplir divers actes n'avaient perdu qu'apparemment le souvenir de ce qu'ils avaient vu et vécu [...] Si on les interroge, une fois réveillés, sur ce qui s'est passé, si on les assure qu'ils le peuvent alors les souvenirs oubliés reparaissent sans manquer" (Freud.S, Cinq leçons de psychanalyse, Payot 1924,p 25)

Lorsque Freud abandonne l'hypnose et invente la technique d'association libre, il aboutit aux mêmes conclusions. L'inconscient n'existe pas seulement pour les personnes atteintes de pathologies psychiques, mais chez tout être humain. Cette hypothèse permet de rendre compte, selon lui, du rêve, des actes manqués et des mots d'esprit. Dans le rêve, le mot d'esprit ou les actes manqués, ce sont les lacunes ou les déformations du discours qui renseignent sur des désirs inconscients. Les psychanalystes peuvent donc dire que : l'inconscient dénote tout ce qui n'est pas conscient pour un sujet, tout ce qui échappe à sa conscience spontanée et réfléchie. Reste que, parmi eux, beaucoup diront que ceci est une définition pré-freudienne de l'inconscient, car Freud, comme il le montre pour le rêve, ne se préoccupe pas des processus dit cognitifs sub-conscients (comme la résolution d'un problème pendant le sommeil). L'inconscient, pour Freud, est avant tout quelque chose qui aurait à voir avec le désir, et par voie de conséquence l'interdit, le tabou, la Loi, la transgression, avec le désir. L'inconscient c'est là où [ça] pense, et surtout là où [ça] désire en nous, selon une certaine logique, absurde et bizarre, qui échappe à la conscience.

- Le rêve : Les rêves sont selon Freud « la voie royale qui mène à l'inconscient ». Le fait que tout homme rêve est (en psychanalyse) une preuve de l'existence d'un inconscient. L'analyse du rêve permet selon Freud, de découvrir des mécanismes de symbolisation d'un psychisme, et les mécanismes de déformations de la censure. Car le rêve, selon Freud, a un sens : il serait la satisfaction déguisée d'un désir inconscient.
- L'acte manqué : Il existe de petits phénomènes qui viennent rompre la continuité des paroles et des actions. Ce sont des « bizarreries » que Freud veut essayer de comprendre, les assimilant à l'expression d'un inconscient.
- Le mot d'esprit : C'est le dernier champ utilisé en psychanalyse à l'investigation de l'inconscient. Il servirait le plus souvent à exprimer sous des allures inoffensives, des tendances hostiles, des aspirations sexuelles, le mépris de soi ou des autres.

## Les mécanismes de l'inconscient

- La condensation : « Cela consiste à représenter par un seul élément du contenu manifeste une multiplicité d'éléments (image, représentation...) du contenu latent. Inversement, un seul élément du contenu latent peut être représenté par plusieurs éléments du contenu manifeste. » : (Laplanche et Pontalis).

Il s'agirait un travail de « compression » dont Freud dit qu'il est différent d'un simple résumé. Par exemple, une personne pourrait tout à coup revêtir l'apparence d'une autre et prendre le caractère d'une troisième. Il serait possible de voir la condensation à l'œuvre dans le symptôme et d'une façon générale dans les diverses formes de productions de l'inconscient (lapsus, oublis...). Mais c'est dans le rêve qu'elle serait la mieux mise en évidence.

- Le déplacement : « Fait que l'accent, l'intérêt, l'intensité d'une représentation est susceptible de se détacher d'elle pour passer à d'autres représentations originellement peu intenses, reliées à la première par une chaîne associative. » : (Laplanche et Pontalis).

C'est le procédé par lequel un trait secondaire ou un détail insignifiant dans le récit prendrait dans l'interprétation psychanalytique une valeur centrale. Il n'y aurait pas de

correspondance entre l'intensité psychique d'un élément donné du contenu manifeste et celle des éléments du contenu latent auquel il est associé.

- Le refoulement : Il s'agirait d'un mode de défense privilégié contre des pulsions. Le refoulement serait l'opération par laquelle le Moi repousserait et maintiendrait à distance du conscient des représentations considérées comme désagréables, car inconciliables avec le réel.
- La formation de compromis : Ce serait un conflit entre deux tendances, l'une inconsciente et d'ordinaire refoulée qui lutte pour la satisfaction d'un désir et l'autre consciente qui désapprouve et réprime cette satisfaction. L'issue de ce conflit est une formation de compromis dans laquelle les tendances trouvent une expression complète. Un bon exemple de formation de compromis serait l'acte manqué.

## L'idée d'un appareil psychique

L'idée d'une « topique » psychique est présente dans la pensée de Freud dès 1895. Il élabore un appareil psychique constitué de systèmes doués de fonctions différentes et disposés dans un certain ordre les uns par rapport aux autres. On peut les considérer comme des lieux (topos = lieu en grec).

## Système de l'inconscient selon la première topique

Il y a trois systèmes décrits par Freud dans sa première topique :

- Le conscient (Cs) : Il est situé à la périphérie de l'appareil psychique, recevant à la fois les informations du monde extérieur et celles provenant de l'intérieur. C'est le lieu d'accès direct des représentations à la conscience et en lui ne s'inscrit aucune trace durable des excitations. Ce système respecte des règles (logique, temporalité...) pour se protéger et garantir sa survie en refoulant tout ce qui pourrait menacer l'adaptation du sujet.
- Le préconscient (Pcs) : Il est situé entre le système inconscient et conscient. Il est le plus souvent rattaché au conscient et on parle alors de système perception-conscience, traduction littérale de l'allemand freudien « Wahrnehmungsbewusstsein », plus correctement traduit par : « la conscience dans sa fonction perceptive ». Il est séparé de l'inconscient par la censure qui cherche à interdire aux contenus inconscients la voie vers le conscient.
- L'inconscient (Ics) : C'est le siège des pulsions innées, des désirs et des souvenirs refoulés ; c'est la partie la plus archaïque de l'appareil psychique. Ce système ne comprend que des représentations de choses, il ne peut pas les verbaliser. Ces représentations ne connaissent ni négation ni doute, elles ne respectent ni les règles de la logique, ni de la temporalité ordonnée. Elles sont régies par le principe de plaisir. On peut représenter l'inconscient comme la partie immergée de l'iceberg.
- La censure : La censure est une instance particulière qui laisse passer uniquement ce qui lui est agréable et retient le reste. Ce qui se trouve alors écarté par la censure se

trouve à l'état de refoulement et constitue le refoulé. Dans certains états comme le sommeil, la censure subit un relâchement de sorte que le refoulé puisse surgir dans la conscience sous forme d'un rêve. Mais comme la censure n'est pas totalement supprimée, le rêve devra subir des modifications. En effet le contenu latent (le sens caché du rêve) sera déformé par la censure pour devenir le contenu manifeste (c'est-à-dire le rêve tel qu'il apparaît au rêveur ou, au moins, le souvenir que le rêveur en a).

## Systeme de l'inconscient selon la seconde topique

Freud restera fidèle à sa conception de la théorie première de l'appareil psychique. Il va cependant introduire la seconde topique en 1923. Cette seconde topique se superpose à la précédente et introduit trois nouvelles instances : le ça, le Surmoi et le Moi.

- Le ça : Il est dans l'inconscient et il est immuable. C'est l'instance la plus primitive. Le ça est le réservoir de la libido, du désir sexuel mais aussi d'autres désirs tels que : le désir de domination, de maîtrise, de jouissance et de savoir. Le « ça » cherche des satisfactions immédiates.
- Le Surmoi : Il est dans l'inconscient et il est immuable. Il refoule et censure de façon archaïque et infantile. C'est en partie l'intériorisation des désirs parentaux.
- Le Moi : Il est en grande partie dans l'inconscient mais il n'est pas entièrement immuable. Le Moi s'efforce d'établir un équilibre entre les interdits et les refoulements du Surmoi, les désirs du ça et les nécessités de l'action sur le monde extérieur et de la vie sociale.

## L'inconscient selon Jacques Lacan

L'apport du controversé Jacques Lacan est le suivant : l'inconscient ne serait pas qu'un ensemble « structuré comme un langage » (selon sa formule) mais, il parle aussi, dans les symptômes par exemple, il parle à un locuteur présumé, qu'il nomme le grand autre (noté Autre). Ce supposé, sujet de l'inconscient, ne fait pas que parler, comme Freud l'a énoncé, ça désire aussi là où on ne sait pas, là où est l'insu, l'unbewusst. Néanmoins ce qui caractériserait au mieux l'inconscient serait la scission et le conflit qu'il convoquerait là où l'homme verrait une unité moïque avec quelques obscurités à l'intérieur. Freud fait du sujet cartésien une particularité du psychisme perdu au milieu de l'arbitraire et du chaos de processus primaires et obligé d'y apporter un peu de sens. Cette scission de l'inconscient serait quasi consubstantielle à l'existence d'une loi par là révélée (qu'on pourra nommer interdit de l'inceste accessoirement, interdit de la jouissance, ...). Elle serait universelle et relative parce que, nous dit Lacan, liée aux effets du langage sur l'homme et peut donc prendre différentes formes. Cette scission amenée par le langage permettrait aussi la parole, mais aussi la distinction entre moi et l'autre, entre réalité psychique et réalité physique elle est donc constitutive de la psyché, dans sa forme « névrotique-standard ».

Les emprunts à la linguistique par la psychanalyse permettent d'ailleurs à Lacan de résoudre l'impasse mentionnée plus haut d'un conscient inconscient. Elle se résout dans la plurivocité de la langue. Aussi un « signifiant » ne possède-t-il aucun signifié et aucune référence stables et déterminées. Ainsi le mot « signifiant » n'a-t-il pas le même signifié que le

« signifiant », disons saussurien (puisque pour commencer, Lacan en inverse la place). La conclusion étant qu'on ne peut échapper à l'inconscient, que toute analyse est interminable et qu'on sait rarement ce qu'on dit...

## **Inconscient : personnel, collectif et spirituel selon Carl Gustav Jung**

L'inconscient est également un concept de la psychanalyse jungienne, ou psychologie analytique. Dans ce cadre il a sa définition propre. Ici, l'inconscient se composerait d'un inconscient personnel, d'un inconscient collectif et d'un inconscient spirituel qui nous préviendrait de dangers et trouverait la solution de certains conflits. Jung donne des exemples de rêves qui auraient une fonction d'avertissement (Jung C. G. L'homme à la découverte de son âme, 1987, Albin Michel, Paris, p. 219 et 261).

« La complexité de la psychanalyse jungienne tient au fait que toutes les instances psychiques sont en étroites relations les unes avec les autres. Décrire isolément un concept donne de lui une vision forcément partielle car ne tenant compte ni des rapports dynamiques avec les autres instances ni de l'ensemble du système psychique. Tout est lié, tout est en mouvement. » in La psychanalyse jungienne, Collection Essentialis, ED. Bernet-Danilot, Avril 2002

Même si un concept d'inconscient était déjà utilisé depuis Leibniz, c'est-à-dire depuis le XVIIe siècle, le concept moderne d'inconscient, peut être attribué à Freud. Celui-ci l'a appliqué à des cas individuels et a inventé des méthodes d'investigation pour des patients atteints de troubles psychiques. Le point de vue de Sigmund Freud se rapporte à l'idée d'un inconscient individuel et il s'est, à ce sujet aussi, opposé à l'idée du suisse Carl Gustav Jung d'un inconscient collectif. Cette idée a été développée par Jung. Dans un premier temps proche de la psychanalyse freudienne, il a par la suite créé sa propre école de psychologie analytique.

- « La psychologie est une science des plus jeunes et parce qu'elle s'efforce d'élucider ce qui se passe dans l'inconscient, elle se heurte à une forme extrême de misonéisme. » in C.G. Jung L'homme et ses symboles, Robert Laffont, 1964 p 31.
- « ... la psychologie n'est pas uniquement un fait personnel. L'inconscient, qui possède ses propres lois et des mécanismes autonomes, exerce sur nous une influence importante, que l'on pourrait comparer à une perturbation cosmique. L'inconscient a le pouvoir de nous transporter ou de nous blesser de la même façon qu'une catastrophe cosmique ou météorologique. » in C.G. Jung « Sur l'Interprétation des rêves », Albin Michel, 1998 p 218.

## **Inconscient spirituel selon Victor Frankl**

Frankl décrit l'homme comme "une totalité physique-psychique-spirituelle" et reproche à Freud d'avoir réduit l'homme à sa partie basse. Il considère la dimension spirituelle comme une composante innée de la nature humaine et pose lui aussi l'hypothèse d'un

inconscient spirituel. L'objectif de toute psychothérapie est d'aider le patient à retrouver "sa force intérieure en le poussant vers un but à poursuivre" (1988, Découvrir un sens à sa vie, Les Éditions de l'homme, Montréal, p. 88). La force intérieure c'est l'esprit, le courage, c'est redonner le goût de vivre au patient. Il montre que nous avons des raisons de vivre cachées et qu'il n'y a pas que les pulsions à sonder. Pour lui la dépression est une maladie de l'esprit avant d'être un trouble du narcissisme. L'esprit c'est la liberté, c'est par la force de son esprit que l'homme peut lutter contre tous ses déterminismes.

© <http://fr.wikipedia.org/wiki/Inconscient>