



L'Inconscient

FICHE DE COURS

Introduction :

Nous utilisons souvent le mot « inconscient » dans le langage courant : une personne qui tombe dans le coma est *inconsciente*, sa conscience du monde a disparu. Celui qui agit sans réfléchir aux conséquences de ses actes, qui ne fait pas preuve de raison, de bon sens, ou qui met de côté son sens moral, est *inconscient*. Tout comme celui qui met en danger les autres, parce qu'il agit spontanément. L'inconscient est donc un état contraire à la conscience, mais aussi à la raison.

Les penseurs rationalistes – comme Descartes, Kant ou Sartre – considèrent que la philosophie peut amener l'individu à sortir de l'inconscience pour gagner en raison et en réflexion. Plus je soumets mes opinions, mon comportement et mes actes à la réflexion, plus ils seront bénéfiques pour moi et pour les autres. Pour d'autres penseurs, l'inconscient est une partie inaccessible de notre conscience et est lié au monde du rêve. C'est ce dernier point que nous allons traiter aujourd'hui. Si une partie des pensées n'est pas soumise à la réflexion parce que la conscience n'y a pas accès, la liberté du sujet s'effondre-t-elle ? Sommes-nous responsables de notre inconscient ?

La première partie de ce cours relate et explique la découverte de l'inconscient. Cette dernière a permis à Freud d'inventer la psychanalyse, une nouvelle pratique que nous étudierons en deuxième partie. Nous verrons alors ce que l'inconscient impliqua en philosophie, où depuis Descartes la conception de la conscience était restée pratiquement inchangée.

1 Histoire de la découverte de l'inconscient

a Une étrange maladie : l'hystérie

Pour comprendre comment l'hypothèse de l'Inconscient est née, nous devons expliquer ce qu'est l'hystérie puisque c'est l'étude de cette maladie qui fit émerger le concept.

C'est le médecin Hippocrate qui invente le terme d'**hystérie** pour décrire une maladie énigmatique ancestrale. En grec, *hystera* signifie « utérus » : l'hystérie était donc considérée par les médecins (essentiellement des hommes) comme une maladie réservée uniquement aux femmes (ce qui sera démenti par la suite).

Au Moyen Âge, l'hystérie est vue comme une manifestation de sorcellerie. Les femmes hystériques ne sont pas des malades que l'on soigne, mais des sorcières possédées que l'on brûle. Au XIX^e siècle, certains médecins se penchent sur le cas des hystériques, toujours autant diabolisées.

Charcot, Breuer et [Freud](#), les trois grands spécialistes de l'époque, les prennent en charge. Ils répertorient les différentes manifestations de l'hystérie :

- des délires verbaux, des cris, des insultes, etc. Certaines malades ne parlent plus dans leur langue d'origine ;
- beaucoup d'hystériques souffrent de crises de tremblement ou d'agitation physique ;
- ils remarquent parfois que les malades ont des douleurs intenses à un membre qui ne présente aucune lésion organique ou musculaire. Le membre peut d'ailleurs être partiellement ou totalement paralysé ;
- à cela peut s'ajouter des phobies sévères, et des crises d'épilepsie.

Selon les patientes, ces symptômes sont isolés ou combinés (mais ils ne semblent avoir aucune

cause organique). Deux solutions sont alors possibles :

- soit la **cause** des symptômes n'est pas encore trouvée ;
- soit la malade est une **simulatrice qui ment** en disant souffrir.

b Les différents points de vue sur l'hystérie

L'hystérie a longtemps été considérée, à tort, comme une maladie uniquement réservée aux femmes. Au début du XIX^e siècle, l'hystérie masculine, ou hystérie virile, est redécouverte par Charcot, Meynert puis par Freud. L'hypothèse d'une origine nerveuse de l'hystérie remplace alors celle d'une origine utérine.

Le point de vue de Charcot

Le neurologue Charcot ne croit pas à la simulation des malades mais plutôt à l'**ignorance** des causes qui provoquent la maladie. Charcot soigne les hystériques par l'hypnose, ce qui fait disparaître les symptômes : mais il ne connaît toujours pas l'origine du mal, ni la raison de la disparition des symptômes sous hypnose. Par ailleurs, ces **séances de guérison** – certes proposées par des médecins – se font dans des amphithéâtres où les malades, en plein délire, sont observés par la foule.

Le point de vue de Breuer et Freud

En 1895, Breuer et Freud présentent leurs recherches dans l'ouvrage *Études sur l'hystérie*. Si Breuer continue d'avoir recours à l'hypnose pour soigner l'hystérie, Freud l'abandonne. D'une part, beaucoup d'hystériques ne sont pas réceptifs à l'hypnose : son efficacité est donc limitée. D'autre part, Freud veut comprendre l'origine et les mécanismes de l'hystérie, pas seulement en guérir les symptômes. Enfin, il considère que l'hypnose a un côté spectaculaire trop déplaisant pour un esprit scientifique. Il souhaite intervenir sur le patient de manière rationnelle et ne pas lui laisser penser que ses troubles ont disparu comme par enchantement.

Freud remplace alors l'hypnose par l'échange verbal avec le patient. Il appelle cela « la méthode des associations libres ». L'idée est plutôt simple : le patient doit focaliser son attention sur le trouble hystérique dont il souffre et faire part au thérapeute de toutes les idées qui lui viennent à l'esprit. Confiant, le patient se met à parler librement de choses et d'autres puis, de fil en aiguille, l'échange se resserre sur un événement du passé – plus ou moins lointain mais souvent situé dans l'enfance – qui a marqué le patient au point de le traumatiser.



À retenir



L'hystérie serait donc une trace d'un événement traumatisant du passé.



L'émergence de la théorie freudienne

Le cas d'Élisabeth

Grâce à la *méthode des associations libres*, [Freud](#) diagnostique l'origine de plusieurs cas d'hystérie, voici un exemple :



Exemple



Élisabeth consulte Freud car elle souffre de violentes douleurs à la jambe. Celles-ci ne sont causées par aucune lésion musculaire ou osseuse et rien de médical n'explique sa souffrance.

Freud fait parler la patiente et parvient à situer dans le temps l'apparition de ses douleurs. Lors de ses dernières vacances en Autriche, Élisabeth s'est promenée avec son beau-frère alors que sa sœur, malade, était restée couchée. Pendant cette promenade, son beau-frère lui a effleuré la jambe et Élisabeth a alors projeté sur lui un désir sexuel et un désir affectif (celui de vivre ensemble). Elle oublie instantanément ce désir inavouable mais quelques mois plus tard, la maladie de sa sœur s'aggrave. Appelée à son chevet, Élisabeth laisse ses pensées divaguer dans le train qui la conduit jusqu'à sa sœur.

Une idée lui traverse l'esprit : si sa sœur mourait, son beau-frère serait libre et elle pourrait envisager de vivre avec lui. Puis Élisabeth chasse cette pensée de son



À retenir

Freud va alors faire l'hypothèse que cette pensée chassée ne disparaît en fait pas du tout. Elle a été refoulée dans une partie du psychisme à laquelle nous n'avons pas accès.

→ L'hypothèse de l'inconscient est née !

Dans le cas d'Élisabeth, il n'est pas convenable de désirer un être humain marié et il est encore moins correct de souhaiter la mort de sa sœur, pour prendre sa place auprès du veuf. C'est pour cela qu'Élisabeth a déclenché un symptôme hystérique. Son esprit est en conflit interne avec ce que Freud appelle le **surmoi**, une partie de la conscience soumise aux valeurs morales. Freud émet l'hypothèse que lorsque l'esprit ne peut pas résoudre un conflit, il s'en débarrasse dans l'inconscient. Selon lui, Élisabeth souffre donc d'un **conflit psychique**.



Définition

Ça/Surmoi/Moi :

Les désirs primitifs les plus fréquents sont de nature sexuelle ou relèvent de l'agressivité. Freud les regroupe sous le nom de Ça. Ce sont en fait des pulsions. Elles s'expriment mais se heurtent au Surmoi, qui est la deuxième force. Le Surmoi est une sorte de barrière bâtie par notre conscience morale, qui censure certains désirs qu'elle ne juge pas convenables.

Le Moi de l'individu est le résultat de l'équilibre entre ces deux forces.

Élisabeth trouve son désir inacceptable car il est en conflit avec le Surmoi. Sa conscience morale juge intolérable qu'elle s'amourache du mari de sa sœur et qu'elle s' imagine à sa place, si cette dernière mourrait. Le Moi déclenche donc une procédure de défense et le désir inacceptable est refoulé : il est placé dans les oubliettes de l'Inconscient. Or, ce désir refoulé n'a pas disparu et resurgit chez Élisabeth sous forme de douleurs à la jambe (le beau-frère effleurant sa jambe étant ce qui a déclenché le désir de la jeune femme).

Alors pourquoi ce déguisement ? Nous nous déguisons pour deux raisons : pour s'amuser ou pour ne pas être reconnu. Le désir d'Élisabeth se déguise donc pour tromper la censure : c'est pourquoi elle ne ressent pas de plaisir, mais une douleur à la jambe.

- Sa douleur est au départ un plaisir mais qui est trop intolérable pour sa conscience morale, il se déguise donc.

2 L'inconscient et les débuts de la psychanalyse

a Le fonctionnement de l'esprit humain

Le cas d'Élisabeth a fait naître toute la thèse freudienne de l'Inconscient, qui lui permettra de soigner ses patients. Voyons comment [Freud](#) explique, grâce à sa découverte, le psychisme de l'être humain.



Réflexion

Pour Freud, l'**Inconscient** désigne tous les désirs que l'individu refoule car ces derniers provoquent chez lui un malaise d'ordre moral.

- Freud considère que l'être humain a une conscience et un inconscient.

La conscience est selon lui composée du Moi, l'être social, du Ça, l'être bestial, et du Surmoi, l'être moral. Lorsque le Moi est en conflit avec le Ça ou le Surmoi, on parle de conflit psychique. Ce conflit psychique provoque le **refoulement**. C'est-à-dire que si le conflit ne se résout pas, il est transmis à l'Inconscient et sort alors des préoccupations de celui qui en souffre.

Néanmoins, un Inconscient trop chargé de conflits psychiques peut avoir un pouvoir sur le corps et déclencher des maladies sans raison médicale.



→ Ces troubles sans cause physiologique sont qualifiés de **maladies psychosomatiques**.



Définition



Psychanalyse :

La théorie freudienne sur l'Inconscient est à l'origine de la pratique thérapeutique appelée la psychanalyse.

Le refoulement est un processus avéré à l'origine de pathologies parfois lourdes. Doit-on alors redouter le refoulement ? La réponse est non, car il est nécessaire à l'être humain.



Avantages et inconvénients du refoulement

Le refoulement est un mécanisme nécessaire à la vie du sujet. En effet, ce qui nous fait souffrir peut, à court terme, nous empêcher d'agir. Or, pour l'être humain agissant au quotidien et vivant en société, le refoulement lui permet de mettre de côté ce qui l'atteint émotionnellement, afin de continuer ses activités malgré tout. Au quotidien, nous exprimons tous, sans exception, des symptômes qui manifestent la présence de désirs refoulés dans notre inconscient. Freud explique que parfois, l'Inconscient s'exprime sans que nous nous en apercevions.



À retenir



Le rêve, par exemple, est considéré par la psychanalyse comme la manifestation par excellence des désirs refoulés. Il est même un moyen de s'en guérir.

Pendant le sommeil, la censure du Surmoi est relâchée et les désirs remontent à la surface : ces derniers sont déguisés par le rêve qui leur donne un caractère loufoque ou angoissant.

- Le désir est satisfait de ce déguisement, donc le conflit se règle.

Les symptômes pathologiques

En revanche, certains conflits ont du mal à se résoudre et incommode le sujet. Il s'agit alors de **névrose** et de **psychose**.



Définition

Névrose :

La névrose est une manifestation pathologique d'un conflit non-résolu entre le désir et le Surmoi. Le sujet éprouve une véritable gêne au quotidien, qui complique ses relations personnelles avec les autres.

La névrose la plus classique est l'hystérie, ce dont souffre Élisabeth. Chez l'hystérique, le trouble de l'esprit se manifeste à travers le corps, comme sa douleur à la jambe, mais il peut aussi se manifester uniquement dans l'esprit, comme lorsqu'un individu a une idée qui le préoccupe – de manière obsessionnelle – et qui semble ronger son esprit.

- Les **phobies** sont aussi des névroses.



Définition

Psychose :

La psychose est une névrose beaucoup plus sévère. Elle se développe quand la pulsion du Ça gagne le conflit avec le Surmoi. L'atteinte psychologique ne concerne plus uniquement le malade : elle affecte son comportement et le rend potentiellement nuisible pour son entourage.

Lorsque l'on est **psychotique**, on soumet le monde entier à ses pulsions irrationnelles.

- ➔ La schizophrénie est un cas particulier de psychose. Elle déstructure la personnalité et crée une incohérence mentale et comportementale.

La sublimation, une alternative à la névrose

La névrose devient donc pathologique lorsque le sujet ne parvient pas à gérer ses conflits internes.

- ➔ Pourquoi certains individus sont-ils incapables de gérer leurs conflits internes ?

Freud explique que l'éducation a un rôle essentiel : plus un enfant est moralement étouffé, plus il refoulera ses pulsions. Selon lui, l'enfant qui ne peut pas exprimer ses pulsions sera très probablement névrosé voire psychotique. Freud recommande donc une éducation qui laisse s'exprimer les pulsions, mais qui les cadre en les orientant vers des activités convenables, structurées et valorisées par la société : le sport, l'art ou l'amour sont de très bons exemples de détournement des pulsions.



Définition

Sublimation :

Ce terme désigne en physique le passage de l'état solide à l'état gazeux sans passer par l'état liquide. De la même manière en psychanalyse, la sublimation désigne le détournement des pulsions vers des activités constructrices. Cela permet d'assouvir nos désirs inavouables sans avoir à les réaliser réellement.

Une éducation réussie facilite le processus de **sublimation**. L'énergie des pulsions est déplacée, pour adopter des comportements adéquats ou réaliser des « œuvres ».

→ Telle serait, selon Freud, l'origine de la culture.

c La thérapie psychanalytique

Ajoutons enfin que, si elle est aujourd'hui contestée, la psychanalyse a été une vraie révolution dans la pensée de l'époque. En effet, pour la première fois les atteintes psychologiques étaient expliquées psychiquement et étaient considérées comme une maladie.

Les sujets souffrant de **névroses** pouvaient donc décider de se soigner grâce à une **thérapie**. Le but de la thérapie freudienne était d'écouter les patients allongés sur le fameux « divan » et, en partant de leurs symptômes, il pouvait retrouver l'origine du désir qui avait pu déclencher un conflit. Il s'agissait alors de laisser ce désir s'exprimer consciemment – quel que soit son caractère immoral. Lorsque le patient y parvenait, ses symptômes disparaissaient ; Élisabeth est ainsi parvenue à se défaire de ses douleurs à la jambe.

d Les héritiers de Freud

La théorie de l'Inconscient de Freud fut vivement critiquée par ses contemporains. Aujourd'hui pourtant, la **psychanalyse** est assez largement acceptée, bien qu'elle ne soit pas considérée comme une science au même titre que les sciences sociales. Son objet étant inobservable par définition. Bien qu'on puisse découvrir des traces de l'Inconscient, il nous sera à jamais caché, pour le patient autant que pour le thérapeute.

Différents éminents psychanalyste ont alors voulu développer la théorie freudienne pour l'emmener plus loin.

① Carl Gustav Jung

Jung, psychanalyste suisse, a développé les concepts d'**archétype** et d'**inconscient collectif** qui expliquent selon lui les structures du psychisme au niveau du **collectif** et non pas seulement de l'**individu**. Il existerait selon Jung des archétypes qui seraient à l'origine de structures universelles du psychisme humain, on retrouverait ces premiers dans les mythes, contes et toutes production imaginaires d'un individu.

② Jacques Lacan

Lacan, le plus fameux des élèves de Freud, a développé sa propre interprétation de la théorie freudienne de l'Inconscient, en s'appuyant sur la linguistique de [Ferdinand de Saussure](#) – notamment sur sa distinction entre le signifiant et le signifié. Pour faire comprendre à ses étudiants la différence entre **signifiant** et **signifié**, Lacan disait « le mot chien n'aboie pas ». Selon lui, notre inconscient avance masqué et pour se déguiser il utilise exclusivement le **signifiant de manière détournée**.

➔ Nos rêves, par exemple, expriment des désirs inconscients sous forme d'association libre d'idées, c'est pourquoi ils nous paraissent si farfelus.

③ Les implications philosophiques de la théorie de l'inconscient

Que pense la philosophie de l'Inconscient ?

« *Le moi n'est pas maître dans sa propre maison* »

Sigmund Freud, *Introduction à la psychanalyse*, 1917.

En philosophie, la **conscience** est considérée de manière traditionnelle comme une caractéristique spécifique à l'être humain. Elle est la source de la liberté du sujet et de sa capacité à faire preuve de **moralité**. Si la conscience n'est plus le seul maître de l'esprit, et s'il faut désormais compter avec une force qui nous échappe, doit-on relativiser des valeurs comme la liberté et la morale ?

a Nous ne nous connaissons pas



À retenir

La théorie de l'Inconscient mène à la conclusion que notre psychisme, c'est-à-dire l'ensemble des phénomènes mentaux, ne se réduit pas à ce que notre activité consciente peut en percevoir.

Depuis [Descartes](#), on estimait que la pensée est une activité consciente ou n'est tout simplement pas. Si j'ai une pensée, je sais immédiatement que j'ai une pensée. Quand [Freud](#) a affirmé que le psychisme est constitué d'une partie inconsciente, la philosophie a dû remettre en question la conception cartésienne du Moi.

Selon Descartes, un individu est le seul qui peut vraiment se connaître. Or, avec Freud, l'Inconscient n'est démasqué que par quelqu'un d'autre que l'individu en question. Cette personne remarque des activités psychiques dont l'individu même n'avait pas conscience.

→ Le principe de la folie, c'est de ne pas savoir qu'on est fou.



À retenir

Puisque l'Inconscient est une partie de notre vie psychique inaccessible à la conscience, nous ne nous connaissons pas et nous sommes une énigme pour nous-mêmes.

→ Une partie du Moi nous échappe toujours.

C'est la raison pour laquelle, selon Freud, la découverte de l'Inconscient fait partie des trois principales blessures faites au narcissisme propre à l'être humain.

La première grande blessure fut la découverte de l'[héliocentrisme](#) avec [Copernic](#) : la Terre n'est rien de plus qu'un rocher perdu au milieu de la galaxie et non le centre de l'univers comme le pensaient les anciens. La deuxième fut la découverte de la [théorie de l'évolution](#) par [Charles Darwin](#) : l'espèce humaine est une espèce animale comme les autres, remettant en cause la supériorité de l'être humain dans le règne animal. Enfin la dernière fut la découverte de l'Inconscient par Freud : elle remet en cause le libre arbitre et notre capacité à nous connaître nous-même.

b Ne sommes-nous pas responsables de nos actes ?

- L'hypothèse de l'Inconscient implique que la conscience règne mais ne gouverne pas seule.

Une **pulsion** demeure dans notre psychisme sans que nous en ayons conscience et elle agit sur nos comportements et nos actes. L'existence de l'Inconscient remet en question la notion de **responsabilité de l'être humain**.



Définition

Responsable :

Être responsable, c'est pouvoir répondre de ses actes parce qu'on en est l'auteur.

Qui n'a jamais dit « pardon, cela m'a échappé » pour un mot, un geste ou un comportement involontaire ? Parfois, notre comportement échappe à notre contrôle. Cela ne cause en général que de légers désagréments mais en cas d'acte grave – comme un viol ou un meurtre – dire que l'on a agi sans s'en rendre compte, sous l'emprise d'une pulsion, suffit-il à nous innocenter ?

En droit il existe des dispositions vis-à-vis des personnes dont le fonctionnement psychique ne permet plus la répression des pulsions destructrices. Ces personnes sont généralement internées pour être soignées, car il serait parfaitement **inutile** de les envoyer en prison. Pour que ça soit possible, un psychiatre doit évaluer l'état psychologique de l'individu. On fera ainsi la différence entre un acte prémédité, comme assassiner sa mère pour toucher l'héritage, d'un acte commis sous l'emprise de la folie, comme assassiner sa mère parce qu'on est persuadé qu'elle est habitée par le diable.

Dans le dernier cas, la personne ne peut être jugée **responsable** parce qu'elle n'a **pas conscience** de ce qu'elle fait.

c L'inconscient psychique : une fiction ?

Tous les philosophes n'ont pas été d'accord avec la théorie de Freud, certains estimaient que

la liberté et la dignité du sujet pensant ne pouvaient pas être faibles au point d'être soumises à son inconscient.

L'Inconscient selon Sartre

Au XX^e siècle, [Sartre](#) affirme que « *l'inconscient est une fiction* ». Selon lui, comme beaucoup d'autres, la théorie freudienne est invérifiable et ne peut donc être véritablement scientifique. Il est impossible d'avoir accès à l'Inconscient, ce qui est bien commode parce qu'on peut lui faire dire n'importe quoi. Freud en a bien conscience et se défendait déjà à l'époque en disant que si l'Inconscient est invisible, son expression au travers de la **névrose** et la **psychose** est, elle, visible.

De plus, selon Sartre, le refoulement est un **leurre**. Si on refoule un désir, il faut bien qu'on en prenne conscience à un moment donné, ne serait-ce que pour le refouler. Celui qui censure est supposé conscient de ce qu'il réprime. À un moment, le sujet a donc eu le choix entre :

- admettre son désir sans pour autant le réaliser ;
- ou le refouler plutôt que de l'assumer.

Sartre n'affirme pas que nous sommes **totallement clairvoyants concernant notre vie intérieure**. Cependant, et avec un effort de volonté, nous pouvons y avoir accès.



Exemple

Lorsqu'un sujet ne comprend pas la nature d'une angoisse, ce n'est pas parce qu'elle est nichée dans un endroit inaccessible de son psychisme. En réalité, il ne veut pas la comprendre parce que la découverte des raisons de cette angoisse serait insupportable à affronter.

- ➔ Pour Sartre, la liberté l'emporte sur nos désirs, auxquels on a toujours accès si on s'en donne la peine.

Conclusion :

Selon la théorie freudienne, l'Inconscient est une réalité psychique aussi active que la conscience. L'inconscient désigne le non-conscient, une partie inaccessible du sujet. Ce non-conscient regroupe tous les désirs que le sujet refoule parce qu'ils le dérangent ou le menacent. Or ces désirs continuent de se manifester, sous une forme déguisée. Ce déguisement est la plupart du temps suffisant pour satisfaire le sujet, sans qu'il ne doive se juger immorale. Parfois, le désir porte un masque étrange : le sujet éprouve alors une souffrance psychologique et physique nommée névrose.

En reconnaissant cette force inconsciente en l'être humain, on admet que nous sommes parfois les jouets de nos propres désirs qui, à notre insu, agissent sur notre pensée ou nos comportements.

L'Inconscient n'est cependant pas une excuse qui déresponsabilise le sujet. Il donne simplement une explication rationnelle à des comportements irrationnels. En revanche, certains refusent la réalité de l'inconscient et considèrent que le sujet est parfaitement et entièrement libre. Par cette liberté, le sujet peut donc – parfois au prix de souffrances supplémentaires – sortir de ses conflits psychologiques.

Pourra-t-on prouver l'existence de l'inconscient alors même que la conscience reste, encore à ce jour, un phénomène mystérieux ?



Je m'entraîne ✍️



Quiz



Exercice