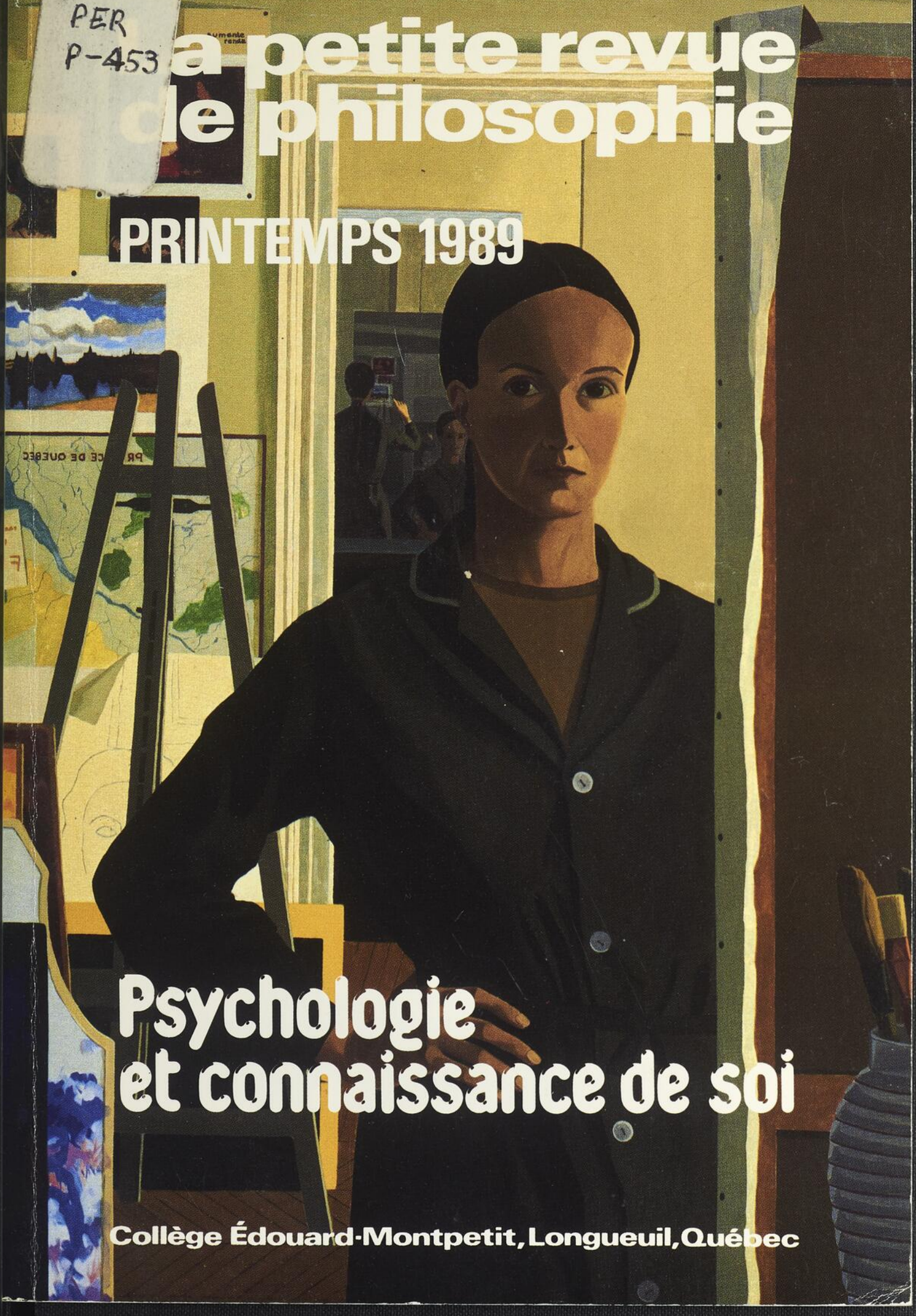
PER
P-453

La petite revue de philosophie

PRINTEMPS 1989



Psychologie et connaissance de soi

Collège Édouard-Montpetit, Longueuil, Québec

Ce vingtième numéro de
La petite revue de philosophie
est subventionné par les Services de l'édition
du Collège Édouard-Montpetit

Direction
Ghyslaine Guertin, département de philosophie
Brigitte Purkhardt, département de français

Comité de rédaction
Pierre Aubry, département de physique (Édouard-Montpetit)
Marc Chabot, département de philosophie (F.-X. Garneau)
Louisa Defoy, bibliothécaire (Notre-Dame)
Claude Gagnon, département de philosophie (Édouard-Montpetit)
Claude Giasson, département de philosophie (Édouard-Montpetit)
Philippe Thiriart, département de psychologie (Édouard-Montpetit)

Administrateur délégué par intérim : Yves Sanssouci

Correcteurs d'épreuves
Gilbert Bataille
François D'Apollonia
Claude Giasson
Richard Ramsay
Jacques Ruelland
Philippe Thiriart

Maquettiste : Philippe Côté

Composition
Atelier de composition LHR
22, Place Balzac
Candiac (Qc)

Impression
Les ateliers Marc Veilleux, inc.
203, chemin des Pionniers
Cap-Saint-Ignace (Qc)

Distribution

En abonnement
Sylvie Lemay
Services de l'édition
Collège Édouard-Montpetit

En librairies
Diffusion Parallèle Inc.
815, rue Ontario Est
Montréal (Qc) H2L 1P1

Secrétariat : Anny Vossen et Ginette Brunet-Leclair

Correspondance
Linda Lépine
Secrétariat général — Collège Édouard-Montpetit
945, chemin de Chambly, Longueuil (Qc) J4H 3M6

Dépôt légal : Bibliothèque nationale, 2e trimestre de 1989
Bibliothèque nationale du Canada : ISSN 0709-4469

Périodique semestriel — prix du numéro : 6,00 $ (5,00 $ étudiants)
— abonnement institutionnel annuel : 18,00 $

Membre de l'Association des éditeurs de périodiques culturels québécois

Volume 10, numéro 2, printemps 1989

La petite revue de philosophie

Liminaire

Le «Connais-toi toi-même» du temple d'Apollon est un des préceptes de base de la philosophie et de la psychologie. Assurément, cette formule permet de nombreuses interprétations philosophiques, les plus habituelles étant idéalistes ou spiritualistes. Mais comment s'informer des interprétations réalistes, constructivistes ou matérialistes de la connaissance de soi? Il est surprenant de constater que les encyclopédies de philosophie et de psychologie ne nous répondent pas : elles ne consacrent pas d'article au thème de la connaissance de soi. Pour pallier cette lacune, *La petite revue de philosophie* a voulu présenter un panorama, le plus large possible, des diverses interprétations de ce thème. Le premier numéro (automne 1988) contenait principalement des articles qui renvoyaient à l'homme essentiel; ce deuxième numéro (printemps 1989) contient principalement des articles qui renvoient à l'homme existentiel et qui traitent de psychologie.

Sur la base de critères philosophiques, on peut distinguer quatre principales approches en psychologie : psychanalytique, humaniste, cognitiviste et béhavioriste. S'appuyant sur la phénoménologie existentielle et l'herméneutique, intégrant la psychanalyse et l'humanisme, Marc-André Bouchard nous présente «Je l'ai toujours su : la reconnaissance de soi en psychothérapie». Richard Hould utilise des notions psychanalytiques, béhavioristes et cognitives pour s'attaquer à la «Connaissance de soi et réussite du couple». Dans «La connaissance de soi d'un

point de vue socio-cognitif», je tente d'abord de justifier philosophiquement l'existence des quatre approches en psychologie; ensuite, je favorise un point de vue (socio-) cognitif. Ce même point de vue est développé par deux chercheurs, Jacques Py et Alain Somat, dans «La connaissance de soi : être ou valoir». Le panorama psychologique ne serait pas complet sans la présentation de la position béhavioriste radicale. C'est ce que fait Esteve Freixa i Baqué avec «Les fondements de la connaissance de soi du point de vue béhavioriste».

Alain Lavallée tente de retracer comment on en est venu en psychologie à parler d'archétypes et comment ces derniers peuvent nous aider à atteindre une meilleure connaissance de soi. Il vise aussi à montrer que la psychologie jungienne pourrait participer à la construction d'un paradigme de complexité qui permettrait de concevoir les processus mentaux comme étant des processus naturels d'organisation.

Pour Maryvonne Saison, la «présence» de l'acteur au théâtre renvoie à une théorie de la séduction basée sur le corps. C'est l'intuition que Freud a exprimée dans sa correspondance. Enfin, Ghyslaine Guertin a interviewé Sarah Kofman qui vient d'écrire un ouvrage intutilé *Socrate(s)*.

Philippe Thiriart

«Je l'ai toujours su» : la reconnaissance de soi en psychothérapie

Marc-André Bouchard

Nous croyons nécessaire de considérer la psychothérapie comme un «art et une philosophie» plutôt qu'un «art et une science». Le psychothérapeute justifie en effet sa pratique avant tout par un choix épistémologique[1], que ce soit reconnu clairement ou non. La perspective particulière qui nous occupe ici est celle d'une philosophie appliquée du sujet existant, une philosophie du concret, où chacun vise la rencontre de soi-même par la conscience authentique de sa condition. La première partie de cet article discutera théoriquement de la nature et des limites du genre particulier de connaissance de soi que favorise la psychothérapie, tandis que la seconde partie tentera d'illustrer le propos par des exemples cliniques.

1. Par épistémologie, nous entendrons ici l'étude de la nature, des sources et de la validité des connaissances, ne serait-ce que dans le sens restreint d'une épistémologie «régionale», propre au savoir clinique en psychopathologie et en psychothérapie.

Les fondements épistémologiques de la psychothérapie

On peut dénombrer au moins deux cent cinquante écoles de psychothérapie, mais cette diversité est plus artificielle que foncière, car trois courants épistémologiques ont principalement servi de fondement à ces pratiques : l'empirisme, le courant phénoménologique-existentiel, et l'herméneutique[2].

L'*épistémologie empirique* est représentée en psychothérapie par les thérapies comportementales et cognitives. Elle prend ses racines dans l'empirisme anglais et s'appuie, de façon plus récente, sur le naturalisme et le positivisme. Selon ce courant, la connaissance provient des sens, du moins s'enracine-t-elle dans l'observation, et les sciences de la nature constituent le modèle de toute scientificité. Les procédés des sciences humaines qui ne concordent pas avec ceux des sciences de la nature témoignent d'un manque de maturité scientifique. Toute métaphysique est alors à reléguer au rang d'une pensée dépassée, seule la «science» méritant tous nos efforts. Ici, le mythe de la psychothérapie comme science prend toute sa mesure.

L'*épistémologie phénoménologique-existentielle* a, pour sa part, donné naissance à tous les courants de l'analyse existentielle, de la psychanalyse humaniste et de la psychologie humaniste. On tente ici de retrouver l'existence, l'intériorité et la pensée subjective. On fait valoir que l'abstraction laisse de côté l'existence, et ne peut ni la penser, ni l'expliquer, ni la démontrer. Il faut aussi chercher à suspendre nos croyances et à considérer toutes

2. Pour une description plus complète, voir Guérette et Bouchard. *Fondements Épistémologiques de la Pratique en Psychiatrie et en Psychologie.* Notes de cours. Départements de Psychiatrie et de Psychologie. Université de Montréal. Octobre 1987.

choses à partir de la manière dont elles se révèlent : l'objet, c'est «le flux pur du vécu», qu'il faut décrire, dans un effort pour retourner aux choses mêmes.

Enfin l'*herméneutique*, approche privilégiée dans l'exégèse biblique et en histoire, se définit comme la discipline qui s'intéresse aux problèmes et aux méthodes qui ont trait à l'interprétation et à la critique des textes. En considérant le discours comme un texte parlé, l'idée de concevoir la psychanalyse et la psychothérapie en général comme une herméneutique s'est répandue[3]. L'interprétation peut alors être envisagée sous l'angle de l'herméneutique, dans la mesure où il est question de construire à deux le sens, plutôt que de chercher à le découvrir.

Quelques élaborations théoriques

Nous allons ici définir la nature et les limites du genre de connaissance de soi auquel on accède par la psychothérapie. Les rapports entre la psychothérapie, le soi, la conscience et la connaissance de soi seront évoqués. Mais si l'on veut conserver quelque espoir d'arriver à dire un minimum de cette question complexe, nous devrons accepter de la traiter en ignorant bien des controverses, et en passant sous silence plusieurs distinctions fondamentales.

Les processus psychothérapiques dont nous parlerons se rattachent aussi bien aux courants de la psychothérapie humaniste-existentielle (Binswanger, Rogers, May, Perls, etc.) qu'à ceux de la psychanalyse (Freud, Klein, Winnicott, Fairbairn, etc.) dans ce qu'ils ont en commun, sans toutefois vouloir minimiser leurs différences radicales. À cet égard, on peut rappeler qu'il a souvent été proposé que la phénoménologie concerne le premier temps

3. Paul Ricœur, *De l'Interprétation*, Essai sur Freud, Paris, Seuil, 1965.

de la démarche herméneutique complète, et que l'interpénétration de ces deux dernières épistémologies se retrouve également, au plan des pratiques.

Le soi, le je et le moi

Qu'est-ce que le soi? Dans les écrits cliniques, il a été diversement considéré : comme une représentation mentale, une entité symbolique, un fantasme, la personne propre, la personne comme sujet, la personne comme objet d'elle-même (soi narcissique), une sous-structure contenue dans le moi, une super-structure qui unifie et organise la psyché[4].

Sans entrer dans ces débats, rappelons que ces diverses connotations ont leur origine dans le *Das Ich* (le Je) freudien, qui a posé dès le départ une polysémie fondatrice : entre les aspects structuraux du *moi* en tant que système psychique, l'aspect narcissique, qui est le *soi* en tant qu'objet de son propre investissement et les aspects expérienciels du *Je* en tant que sujet. C'est le Je comme sujet, dans son rapport au langage, qui accède à une «con-

4. Le texte de Philippe Thiriart (ce numéro) établit des distinctions très pertinentes en ce qui concerne le Soi et les principaux courants de la psychothérapie, que nous ne reprendrons pas ici. Par ailleurs, cette réflexion de Masud Khan résume bien la situation : «Aussi attentive et critique que puisse être notre étude de cette littérature variée et troublante, elle ne nous permettra pas de parvenir à une définition précise du Soi en tant que concept.» (*Le Soi caché*, Paris, Gallimard, 1976, p. 359.) Le lecteur pourra aussi consulter les auteurs suivants : H.P. Blum, «Theories of the Self and Psychoanalytic Concepts : Discussion» in *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 30, 1980, p. 959-978; R.D. Chessick, «The Problematical Self in Kant and Kohut» in *The Psychoanalytic Quarterly*, 49, 1980, p. 456-473; W.I. Grossman, «The Self as Fantasy : Fantasy as Theory» in *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 30, 1982, p. 919-937; E. Jacobson, *Le Soi et le Monde Objectal*, Paris, PUF, 1975; J. McDougall, *Le théâtre du Je*, Paris, Gallimard, 1982; D. McIntosh, «The Ego and the Self in the Thought of Sigmund Freud» in *International Journal of Psycho-Analysis*, 67, 1986, p. 429-448; D.W. Winnicott, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Paris, Payot, 1969.

naissance de soi». Et c'est de ce Je dont il sera principalement question ici.

Du je parlé au je parlant

Dans une série de travaux inspirés, P. Aulagnier[5] propose une conception de la construction du Je-sujet. Elle remarque d'abord que l'espace dans lequel se construit un Je est avant tout un espace parlant. Le premier espace qui «parle» l'enfant c'est la mère. La mère pense, parle, sent et interprète le nourrisson, un être pas encore doté de parole. La mère parle l'enfant et elle parle à l'enfant. Ce discours de la mère sur l'éprouvé de l'enfant est nécessaire et permet la structuration de la psyché de l'enfant.

Dans la suite du développement apparaît le langage. Les mots vont venir définir ce qui n'était pas dicible. Ce fait va permettre le surgissement d'un sujet qui énonce, un Je. C'est pourquoi le Je ne peut connaître que ce qui est conscient, dicible et identifiable.

C'est par la mise en mots de l'éprouvé («nomination de l'affect») que celui-ci devient un sentiment, et devient accessible à la conscience et au Je. La nomination de l'affect, par la mère d'abord et, plus tard, par le thérapeute, permet de rendre dicible l'éprouvé et du même coup institue ou réinstitue le Je (voir l'exemple de Françoise, plus loin). Éventuellement le Je lui-même, et non plus le désir maternel ou celui du thérapeute, devra répondre à la question : «Qui est Je?». Le Je devra désormais se fournir à lui-même ses propres repères, à travers une auto-construction continue du Je par le Je.

5. *La violence de l'interprétation*, Paris, PUF, 1975. La lecture de la réponse à l'examen général de doctorat de Brigitte Soucy, M. Ps., candidate au doctorat en psychologie à l'Université de Montréal nous a facilité la tâche de résumer la contribution d'Aulagnier.

Avec le langage apparaît donc la parole intérieure, le Je parlé (voir Goodman[6]). C'est ce qui correspond à la partie responsable, autonome et reconnue de la personne; c'est ce qui rend possible l'*insight* et la transparence de soi. Ce Je n'évolue pas dans l'univers de la nouveauté, mais dans celui de ce qui a été éprouvé et maintenant reconnu. Les descriptions de soi y correspondent à un aboutissement, un Cela que l'on met en mots. On s'interroge : «je me demande qui je suis, au fond». En réponse, on prétend à quelque chose à partir d'une certaine lucidité, ce qui pose le problème de la conscience.

Le problème de la conscience

La conscience, qui se présente d'abord comme une mise en lumière, est aussi caractérisée par une certaine opacité. Ainsi, on admet aujourd'hui que toute conscience n'est pas nécessairement une connaissance. Même si l'idée d'un inconscient ne fait plus de doute, on oublie qu'il n'en fut pas toujours ainsi. Il n'y a pas si longtemps, J.J. Rousseau pouvait encore prétendre au tout début des *Confessions* : «Je veux montrer à mes semblables un homme dans toute la vérité de la nature; et cet homme ce sera moi. Moi, seul. Je sens mon cœur et je connais les hommes [...] Je dirai hautement : Voilà ce que j'ai fait, ce que j'ai pensé, ce que je fus. J'ai dit le bien et le mal avec la même franchise. Je n'ai rien tu de mauvais, rien ajouté de bon, et s'il m'est arrivé d'employer quelque ornement indifférent ce n'a jamais été que pour remplir un vide occasionné par mon défaut de mémoire [...] j'ai dévoilé mon intérieur tel que tu l'as vu toi-même.» En d'autres termes, la mauvaise foi, l'inconscient ne faisaient pas encore partie de la culture.

6. Dans F.S. Perls, R. Hefferline et P. Goodman, *Gestalt Therapy : Excitement and Growth in the Human Personality*, New York, Bantam, 1977.

Aujourd'hui, on «sait» que le sujet et sa parole sont déchirés et on évoque la psyché à travers ses inconscients. Et comme chaque théorie construit un objet différent, il faut bien admettre que la face cachée de la psyché telle qu'on se l'imagine diffère selon que le thérapeute est freudien classique, kleinien, lacanien, kohutien, d'approche existentielle ou comportementale, etc. Mais cela ne nous dispense en rien de la terrible nécessité de la mère, du père, du thérapeute et du langage, en un mot la nécessité de l'Autre, pour que le Je récupère son dû. Ces diverses précisions apportées, nous pouvons maintenant évoquer le mode particulier d'accession à la connaissance de soi propre à la démarche psychothérapeutique.

Qu'est-ce que la psychothérapie?

La psychothérapie est une *situation* qui permet une relation d'un type particulier : la *relation thérapeutique*. La *connaissance de soi* provient du travail d'interprétation par le thérapeute et de découverte par le patient, sur ce qui s'éprouve et se ressent dans la situation et à travers la relation thérapeutique[7]. La *situation* est donnée, réellement et symboliquement, par le cadre physique, la pièce, l'atmosphère qui s'en dégage, les fauteuils, le divan; elle est aussi construite de la régularité dans la disponibilité au niveau du temps partagé, tant de fois par semaine, à telle heure, etc. D'autre part, le travail au sein de la *relation thérapeutique* est essentiel au progrès dans le champ thérapeutique plus large, cela en raison du jeu entre transfert et rencontre. Le transfert en effet, rend présent le passé, c'est là son intérêt et sa puissance. Par le transfert, les

7. Voir M.R. Khan, «Vicissitudes of Being, Knowing and Experiencing in the Therapeutic Situation» in *British Journal of Medical Psychology*, 42, 1969, p. 383-393. Et *Bulletin de l'Association Psychanalytique de France*, nº 5, «Les Vicissitudes de l'être, du Connaître et de l'Éprouver dans la situation analytique».

relations passées sont réactivées et viennent, dans l'ici-et-maintenant, transformer la relation patient-thérapeute. Dans ce rapport il s'éprouve, là maintenant, des sentiments qui ont la saveur du passé, dont le patient n'a pas une conscience claire.

Ainsi, dans un climat d'acceptation inconditionnelle et d'écoute, qui contribue à la situation, il s'établit une relation dont le but — souvent implicite — est de permettre au patient de comprendre ses véritables sentiments (son vrai soi) et de les partager, par la parole. Pour y arriver, le thérapeute utilise une connaissance théorique, appuyée dans la mesure du possible par une connaissance de soi articulée et intégrée, pour s'*identifier au patient*. Il place ensuite sa compréhension de la situation au service du jugement critique du patient (son Je), sous la forme d'inférences (ses interprétations). C'est un paradoxe fondamental de cette situation : le Je a besoin de l'Autre pour se construire, mais en prenant forme, il se dit lui-même, et doit ainsi rejeter ou nuancer le discours de l'Autre.

Nous présenterons maintenant deux exemples pour illustrer notre propos.

Un témoignage

Nous donnerons d'abord la parole à une femme de trente-huit ans, qui a suivi une psychothérapie d'une durée de trois ans, et dont c'était la deuxième tentative. Bien que chaque cas soit particulier et qu'il faille éviter les généralisations, ce témoignage nous semble assez typique de la réalité vécue au sortir d'une psychothérapie assez bien réussie. On notera l'évocation du soi profond, l'élément ascétique et la discipline, l'élément relationnel, l'importance de la nomination de l'affect, et enfin l'acceptation de l'aspect relatif, imparfait et incomplet de la démarche, typique d'une vision tragique (et non romantique) de l'univers. Ce qui parle, à travers le témoignage de cette personne,

c'est donc le Je-sujet, conscient, qui énonce la vérité qu'elle a reconnue à propos d'elle-même (son soi). Et ce dernier reste, pour ainsi dire, présupposé dans ce discours.

«*Au début, je n'ai pas* vraiment *parlé de* moi *pendant un an. La première année je n'avais une idée claire de ce que serait, je ne savais pas me servir de la situation. Que faire en thérapie quand la séduction, mon mode habituel, n'a pas d'emprise, n'est pas le lieu et que je le vois bien? Alors j'ai découvert d'autres facettes de moi et de ma capacité à entrer en rapport. J'ai beaucoup plus de présence aux gens maintenant. Puis je pense aussi que ça m'a rendue plus tolérante, dans le sens où je comprends mieux les faiblesses et la vulnérabilité des autres... Mais c'est une épreuve consentie; il y a un aspect ascétique à la démarche. J'ai appris que j'étais, au plan des choses souterraines, beaucoup plus forte et solide que je ne le pensais.*

J'ai vu, par la relation que nous avons développée, que l'intimité n'est pas nécessairement destructrice, et pour moi qui en avait tellement peur, c'était un point tournant. Je pense qu'après une thérapie on s'appartient plus à soi-même, par rapport à ses parents, on sait plus ce qui vient d'eux et ce qui est vraiment soi-même. Cette psychothérapie m'a permis de mettre en mots des choses qui, une fois dites, ne sont plus les mêmes; on fait le tour du propriétaire, et si on ne change pas de jardin, au moins on change d'éclairage... J'ai aussi découvert mes ''mauvais côtés''. La tristesse que j'avais de la misère à admettre, mon agressivité, ma rage même, que je mettais souvent sur le dos des autres, de la compétition entre femmes, etc. Et je sais, pour en avoir essayé une autre [psychothérapie] *auparavant que ça n'offre pas toujours ce qu'on cherche, loin de là... Mais ça m'a beaucoup appris sur moi, même si j'ai parfois l'impression que ce que j'y ai découvert, je l'ai toujours su, sauf que j'arrivais pas à mettre les mots sur ce que je ressentais profondément. Enfin je dirais que c'est un processus qui, bien amorcé, ne s'arrête plus.*»

L'exemple de Françoise

Françoise est une jeune femme de dix-neuf ans, qui consulte parce qu'elle est déprimée[8]. Elle a abandonné ses études, et passe plusieurs heures dans son lit, le jour, repliée sur elle-même, paralysée d'angoisse. Lors de l'évaluation elle a rapporté spontanément avoir eu l'impulsion de prendre de fortes doses de médicaments auxquels elle est allergique. Elle a aussi commis des vols à l'étalage. Sa sœur, Roxane, a vingt-et-un ans. La thérapeute est une psychologue de trente-cinq ans. Nous en sommes à la huitième séance hebdomadaire, et donc encore dans les tout débuts. Écoutons-la d'abord.

Françoise 1 :

Je déteste parler de cette partie-là. Je crois que je ne devrais pas penser autant à ma mère. Ma mère ne me parle plus, ni à moi, ni à ma sœur Roxane. J'ai dit à ma mère ce que j'allais faire, que j'allais me rendre à la banque dans la matinée puis me rendre à l'école pour m'inscrire et ensuite que j'allais sortir. Mon père a dit qu'il me déposerait en voiture le matin. Ma mère a dit : «Quand vas-tu faire ta part du ménage de la maison?» Ma sœur a fait sa part de ménage. J'ai dit à ma mère que je ne savais pas quand j'aurais le temps mais que ça allait être fait. Alors ma mère s'est fâchée. Elle a dit à mon père que je lui criais après, ce qui était bon pour moi, parce que mon père entendait bien que je ne criais pas. Ma mère a dit : «Je veux que tu me respectes.» Je lui ai répondu : «Je te respecte déjà, qu'est-ce que je peux faire de plus pour toi?» Mon père m'a rappelé d'être gentille avec ma mère. Je me suis fâchée

8. Le texte qui suit est un condensé des notes prises après la séance par la thérapeute. L'extrait n'a pas été choisi pour son caractère dramatique. Il n'en est pas moins représentatif du travail quotidien qui se fait en psychothérapie. Des détails ont été modifiés pour préserver l'anonymat de la patiente.

contre lui, je lui ai fait remarquer que j'avais dit à ma mère que je ferais le ménage quand j'aurais le temps. Ma mère n'est pas normale... Mon père, lui, il est «têteux». Il prend la part de ma mère, ce qui fait qu'elle est contente. Elle a tout ce qu'elle veut. Elle avait l'habitude de dire à mon père que c'était de la faute à Roxane, maintenant elle ne peut plus le faire vu que mon père s'entend bien avec Roxane. Maintenant mon père voit bien que ce n'est pas de ma faute. Il faudra qu'il la divorce. Il a admis qu'il avait pensé à la divorcer mais il voit aussi les bons côtés d'être avec elle. D'après Roxane, il est le genre d'homme qui ne partira pas. Roxane a dit que ça se pourrait qu'elle quitte la maison elle aussi, mais je ne pense pas qu'elle partira... Je partirais si j'avais l'argent, je ne peux pas faire semblant que je reste par amour.

Thérapeute 1 :

Auparavant, vous sentiez que votre mère transposait les problèmes sur vous et votre sœur et que votre père soutenait votre mère, maintenant vous transposez les problèmes à votre tour sur votre mère. Roxane n'est pas le problème, Françoise n'est pas le problème et vous espérez que votre père va vous soutenir.

Commentaire

Françoise évoque plusieurs aspects qui mériteraient une attention, la thérapeute ayant à faire un choix. Elle perçoit sa mère comme une ennemie, quelqu'un de «pas normal»; cela semble référer autant à une mère intériorisée qu'à sa mère réelle. Elle ressent le besoin d'avoir son père pour se protéger de sa mère («*ce qui était bon pour moi, parce que mon père entendait bien que je ne criais pas*»). Mais elle a l'image d'un homme faible. Ces aspects sont reformulés dans l'intervention en Th. 1, permettant à Françoise de poursuivre son exploration intérieure.

Françoise 2 :

Nous avons tous des problèmes. J'ai des problèmes, Roxane a des problèmes, mon père a des problèmes, ma mère croit qu'elle n'a pas de problème. Je suis en train d'écrire un article sur les montagnes russes. Quand vous êtes sur des montagnes russes, vous avez deux possibilités d'action. Ou vous restez là, ou vous attendez que ça ralentisse et vous sautez en dehors. Quand ma mère a dit qu'elle ne me parlerait plus, j'ai pensé à prendre mes pilules pour l'hyperthyroïdie, auxquelles je suis allergique, mais j'ai décidé que je ne ferais pas de mal à ma mère, alors je les ai jetées dans les toilettes... (Pause) *Je fais des rêves à propos de la mort. J'avais l'habitude de voler des choses, personne ne s'en préoccupait.*

Thérapeute 2 :

Vous semblez effrayée et inquiète et vous êtes en train d'essayer de trouver un moyen pour montrer à votre mère comment vous vous sentez. Vous avez parlé des pilules à votre mère, sans doute pour voir sa réaction. Et les vols sont aussi un moyen de communiquer avec elle mais elle ne s'en préoccupe pas.

Françoise 3 :

(en larmes) *Quelquefois, c'est difficile de sortir du lit le matin. Pour certaines personnes c'est facile, elles n'y pensent pas, mais pour moi c'est difficile. Avant, je me trouvais laide à cause de mon menton qui est déformé, je prenais l'autobus comme ça. Je songe à faire des études en médecine mais je ne sais pas. Il y a deux Françoise que je sens différentes à différents moments quand je suis ici. Je me perds quand je suis ici. Mais je ne crois pas être schizophrène.*

Commentaire

En poursuivant, Françoise 2 utilise, pour parler de la relation cahotique avec sa mère, l'image des montagnes russes. La thérapeute interprète certains des gestes de Françoise (les vols, les pilules) comme une tentative de communiquer avec cette mère pas normale, qui croit «qu'elle n'a pas de problème». L'émotion surgit, validant ainsi que la piste poursuivie est pertinente : Françoise 3 dit combien elle se sent parfois déprimée et sans énergie, impuissante à reprendre le contact avec sa mère, mettant ainsi en mots une partie de sa réalité «intérieure» éprouvée, et exprimant sa confusion : il y a deux Françoise, une qui serait folle? L'intervention qui suit reprend cette piste.

Thérapeute 3 :

Il y avait deux Françoise ici durant la séance. Une Françoise audacieuse et confiante et une Françoise insécurisée, en larmes, mais je crois qu'elles sont toutes les deux la même personne. Vous vous sentez insécurisée, pas sûre de vous, et vous utilisez des moyens différents pour faire face à ces sentiments. Une Françoise essaie de montrer combien elle est effrayée et inquiète en faisant des vols et en prenant des médicaments, et qui veut que sa mère s'intéresse à elle et réagisse en conséquence.

Françoise 4 :

Il y a une différence entre ce que je dis et ce que je ressens, je dis que je vais bien mais au fond j'ai peur.

Thérapeute 4 :

Oui, vous faites face à votre peur en disant que vous êtes fantastique, bien que ce que vous ressentez c'est de la peur.

Françoise 5 :

Oui, c'est ça. Je le savais déjà mais ça fait du bien d'entendre que vous comprenez... Bon, je ne sais plus quoi dire, je me sens stupide. Dites quelque chose. Vous avez raison, la semaine prochaine je dois penser à comment je vais faire, je vous donne une échéance.

Commentaire

L'intervention (thérapeute 3) élabore la compréhension actuelle que celle-ci se fait du sens de ces deux Françoise. Comme deux personnages, leur nature est précisée, l'une est audacieuse et confiante, l'autre est angoissée, effrayée et inquiète, et c'est elle qui conduit à faire des vols, etc. Mais les deux ne sont qu'une et même personne. Il y a là de la part de la thérapeute une tentative pour assurer une plus grande cohésion dans le sentiment de soi, et pour relier l'*émotion* et l'*agir*, qui n'est qu'un substitut. Ceci permet à Françoise 4 d'explorer davantage, en reconnaissant maintenant clairement qu'il y a en effet une différence entre ce qu'elle ressent, son «vrai soi», et ce qu'elle dit habituellement. Elle réalise que la thérapeute l'a reconnue dans ce dilemme, ce qui l'aide à s'y reconnaître elle-même. Contrairement à ce qui se passe avec sa mère, ici elle est entendue, on la comprend (Françoise 5), et elle admet : «*Je le savais déjà.*» La *relation thérapeutique* s'établit, mais Françoise semble angoissée face à ce contact qui est nouveau (p. ex. «*Je ne sais plus quoi dire.*»).

Thérapeute 5 :

Je crois que ce que je vous ai dit vous a rendue anxieuse et vous ne voulez pas que je vous quitte.

Françoise 6 :

Croyez-vous que je devrais déménager? Le Dr A.

croyait que je devais partir, il croyait que ce serait un bon moyen de me remettre en activité. Qu'en pensez-vous?

Thérapeute 6 :

Je voudrais éviter de donner des conseils directs. Je ne crois pas qu'il y ait une bonne ou une mauvaise réponse, je suis plus intéressée à vos sentiments face au choix de déménager ou de rester.

Françoise 7 :

Ça va, je vais y réfléchir davantage.

Commentaire

La thérapeute (en 5) interprète ce que Françoise éprouve en ce moment dans la situation. C'est une intervention typique de ce que nous avons offert plus haut comme définition de la psychothérapie. Cette intervention relie en effet la situation : «*Ce que je vous ai dit*», l'éprouvé dans la relation : «*vous a rendu anxieuse*» et l'interprétation : «*vous ne voulez pas que je vous quitte*». C'est donc une parole du thérapeute, proposée à Françoise pour reconnaître ce qu'elle vit, là, en ce moment. Dans ce cas, la thérapeute propose de l'exprimer autour de l'enjeu d'une angoisse face à la possibilité de perdre cette intimité nouvellement acquise. En Françoise 6, la patiente associe sur un autre départ qu'elle doit faire, c'est-à-dire quitter ou non la maison familiale. Ce qui n'est pas dit ici mais qui semble implicite, c'est que l'*intériorisation* de la relation thérapeutique, qui offre une meilleure écoute (une «meilleure mère») permettra à Françoise de se sentir plus forte, intérieurement. Ceci à son tour l'aidera à quitter ses parents, une étape développementale importante à son âge, un enjeu qui n'est pas étranger à son motif de consultation. D'où la réponse de la thérapeute (en 6) qui réitère que son rôle, dans ce cas-ci, n'est pas de donner des con-

seils, qui ne sont souvent qu'une manière de se substituer au Je autonome du patient. Le temps venu, Françoise elle-même décidera de son déménagement. N'est-ce pas là la traiter en adulte, tout en lui offrant le soutien dont elle a besoin? Sa réponse, «*je* vais y réfléchir», confirme en effet ses capacités d'autonomie, sans pourtant que cela implique qu'elle ressente cette réponse comme un rejet de la part de la thérapeute. Une psychothérapie fructueuse est faite d'une telle succession de cycles permettant de mettre en mots ce qui est éprouvé et dont on se défend habilement.

* * *

Nous avons proposé que la psychothérapie est «un art et une philosophie». Une philosophie du concret, une philosophie appliquée de l'existence, qui offre les conditions pour que chacun arrive à une rencontre avec soi. Nous avons considéré le soi comme un sujet parlé, qui devient un sujet énonciateur, un Je, par la mise en mots de l'éprouvé. Est donc connaissable ce qui est identifiable, dicible et conscient. Mais, comme le sujet et sa parole sont déchirés par l'opacité de la conscience face à elle-même, l'Autre devient nécessaire pour permettre au sujet de reconnaître ce qu'il éprouve, et se connaître plus authentiquement. Nous avons aussi présenté la psychothérapie comme une situation, qui permet de créer une relation d'un type particulier, la relation thérapeutique. La connaissance de soi provient du travail d'écoute, d'interprétation par le thérapeute et de découverte par le patient sur ce qu'il ressent dans la situation et à travers la relation thérapeutique.

Marc-André Bouchard
Professeur au département de psychologie
de l'Université de Montréal

Connaissance de soi et réussite du couple

Richard Hould

La connaissance de soi contribue-t-elle à la réussite de la vie en couple? À première vue, il semble que si. Cette opinion peut s'appuyer sur des recherches sociologiques qui démontrent que plus les personnes se marient jeunes, plus leur relation risque d'être instable. Dans une analyse de la population québécoise, L. Roy[1] montre que les femmes qui se marient entre 15 et 19 ans divorcent deux fois plus que celles qui se sont mariées entre 20 et 24 ans, et trois fois plus que celles qui se sont mariées entre 25 et 29 ans. Un autre élément qui semble appuyer cette relation entre la connaissance de soi et la réussite du couple, c'est la durée des fréquentations. En effet, les couples qui se marient suite à une fréquentation de moins d'une année sont beaucoup moins stables dans leur vie de couple que ceux dont les fréquentations ont duré deux ans ou plus[2].

1. *Le divorce au Québec : évolution récente*, ministère des Affaires sociales du Gouvernement du Québec, Direction des communications, 1978.

2. Voir E.W. Burgess, L.S. Cottrell et P. Wallin, *Predicting success or failure in marriage*, New York, Prentice Hall, 1939; L.M. Terman, «Prediction data : predicting marriage failure from test scores» in *Marriage and family living*, 12, nº 2, 1950, p. 51-54; H.J. Locke, *Predicting adjustment in marriage : a comparison of a divorced and a happily married group*, New York, Henry Colt, 1951.

On pourrait ajouter également les recherches qui démontrent que les taux de divorce diminuent avec l'accroissement du niveau de scolarité des conjoints[3].

Bien qu'elles soient précieuses, ces recherches présentent plusieurs limites. En effet, l'influence de variables comme l'âge, la durée des fréquentations et le vécu du couple peuvent fluctuer en fonction des changements qui s'opèrent dans la société; les résultats de recherches datant de plus d'une vingtaine d'années ne s'appliquent pas automatiquement à la société d'aujourd'hui. La difficulté d'isoler de telles variables constitue un autre problème; par exemple, l'âge et le degré de scolarité au moment du mariage ne se séparent pas aisément l'un de l'autre. De plus, l'influence de ces variables sur le vécu du couple s'exerce probablement de façon indirecte. En effet, le niveau de scolarité peut assurer une aisance matérielle qui épargne certaines tensions qui auraient été des sources de perturbations dans la vie du couple. De plus, un mariage hâtif peut précipiter une fin prématurée de la scolarisation. Finalement, la relation entre ces variables et la stabilité du couple peut n'être pas aussi linéaire qu'on le voudrait. Par exemple, même s'il y a un consensus que les personnes qui se marient avant l'âge de 20 ans présentent des risques élevés de divorce, celles dont le premier mariage dépasse la trentaine rencontrent assez souvent des difficultés dans leur vie conjugale. L'objectif de cet article est d'alimenter une réflexion sur les rapports entre

3. Voir H.A. Weeks, «Differential divorce rates by occupations» in *Social forces*, 21, n° 3, p. 334-337; W.J. Goode, *Women in divorce*, New York, Free Press, 1956; J.R. Udry, «Marital instability by race, sex, education and occupation using 1960 census data» in *The American Journal of Sociology*, 72, n° 2, 1966, p. 203-209; K.G. Hillman, «Marital instability and its relation to education, income and occupation : an analysis based on census data» in R.F. Winch, R. McGinnis et H.R. Barringer (dir.), *Selected studies in marriage and the family*, New York, Holt, Rinehart and Sinston, 1962, p. 603-608.

une variable personnelle, la connaissance de soi, et une réalité interpersonnelle, la réussite du couple. Le texte contient trois parties principales. La première partie présente des réflexions sur la nature de la connaissance de soi et de la réussite du couple. En deuxième partie se retrouvent quelques considérations théoriques concernant les rapports entre ces deux variables. Les points de vue de la psychanalyse, du béhaviorisme et de la théorie des systèmes y seront abordés. Dans la dernière partie, nous verrons comment la différenciation cognitive, ou connaissance de soi des conjoints, module l'évolution du couple.

La définition des variables

En psychologie, une attention toute particulière doit être accordée à la définition claire et univoque des variables. Bien qu'en général, les personnes entretiennent facilement l'impression de savoir de quoi il s'agit lorsqu'on parle de connaissance de soi et de réussite du couple, l'examen attentif de ces concepts révèle une complexité inattendue qui oblige à nuancer. Conserver à l'esprit cette complexité et ces nuances lors de la conception, de la définition et de la mesure de telles variables pose un sérieux défi au chercheur. La manipulation de ces variables par le clinicien impose moins d'exigences. C'est pour cette raison que, dans ce texte, nous nous en tiendrons à une réflexion de type clinique plutôt qu'expérimental.

La connaissance de soi

Le problème de la validité des variables âge, temps de fréquentation et niveau de scolarité pour mesurer la connaissance de soi s'ajoute aux limites inhérentes aux études corrélationnelles. Pour bien saisir la notion de connaissance de soi, il convient d'abord de définir en quoi consiste le «soi». Bien sûr, pour le biologiste, le soi est d'abord un corps vivant qui, suite à des échanges constants avec

son milieu, croît et meurt. Dans le contexte de la psychologie, la connaissance de soi ne correspond pas principalement à une connaissance exacte de l'anatomie et des mécanismes physiologiques du corps. Ce qui intéresse surtout le psychologue, c'est la personne en tant que système de traitement de l'information[4]. Dans cette perspective, une première distinction s'impose : il y a, d'une part, des informations disponibles et, d'autre part, un appareil cognitif qui gère cette information.

L'information à laquelle se trouve confrontée la personne vient de son environnement intérieur et extérieur. L'environnement intérieur de l'individu concerne les souvenirs agréables ou pénibles qu'il retient de son passé ainsi que l'ensemble des signaux sensoriels qui émanent de l'intérieur même de son corps. L'environnement extérieur comprend le contexte culturel, social ou familial dans lequel il se trouve ainsi que les événements qui surviennent dans son entourage. Le traitement des informations disponibles à un individu à un moment donné doit nécessairement être sélectif, c'est-à-dire que l'attention du sujet va se centrer sur certaines facettes de son environnement, en négliger d'autres et agencer le tout de façon à dégager une signification de toutes ces informations. Il s'agit donc dans un premier temps de décoder l'ensemble des signaux du milieu afin de former une image perceptuelle. Cette image perceptuelle peut aussi bien être de nature olfactive, lorsqu'on identifie une odeur, auditive face à des sons, ou visuelle face à des signaux lumineux. Tous les sens peuvent générer des images perceptuelles. Cette image perceptuelle serait ensuite confrontée à une image de référence. L'image de référence correspond à ce qu'il veut percevoir dans son environnement. Lorsque l'image perceptuelle correspond à l'image de référence, tout va

4. W.T. Powers, *Behavior : the control of perception*, Chicago, Aldine, 1973.

bien, l'individu est satisfait ou rassuré par rapport à cet objectif spécifique et il peut passer à d'autres besoins; au contraire, si l'image perceptuelle diffère de l'image de référence, l'individu s'agite parce que, pour sa sécurité et son bien-être, il doit passer à l'action, puiser dans un répertoire de comportements susceptibles d'affecter l'environnement et par la suite, son image perceptuelle, jusqu'à ce qu'elle concorde avec son image de référence.

Prenons un exemple simple qui suffira à illustrer ce processus. Vous circulez en voiture sur une autoroute. L'expérience vous apprend que pour votre sécurité et celle des autres, les autorités civiles ont fixé la limite de vitesse à cent kilomètres à l'heure : c'est l'image de référence. Le chiffre que vous percevez sur votre tachymètre correspond à l'image perceptuelle de votre vitesse. En comparant cette image perceptuelle à votre image de référence vous utilisez les stratégies qui vous sont disponibles pour maintenir, augmenter ou réduire votre vitesse. L'image de référence variera selon les conditions de la chaussée, la présence de policiers, l'arrivée dans un village, le souvenir d'un accident, etc. (voir Figure 1). Aussi longtemps que le conducteur dispose d'une image de référence adéquate, d'une image perceptuelle conforme à la réalité et de stratégies de contrôle de vitesse efficaces, il ne devrait pas avoir de problèmes. S'il survient des erreurs dans l'une des trois composantes du système de gestion des informations, les problèmes commencent. Lorsqu'un écart persiste entre l'image perceptuelle et l'image de référence, le stress augmente chez l'individu. Un stress excessif peut perturber sa lecture de la réalité, rendre ses images de références irrationnelles et désorganiser ses moyens d'agir sur son milieu. Dans cette situation, il y a inadaptation et recours à des réactions d'urgence primitives comme des crises émotives ou des troubles d'ordre somatique qui, en plus d'être inefficaces, compliquent parfois la situation. Les mécanismes décrits sommairement dans

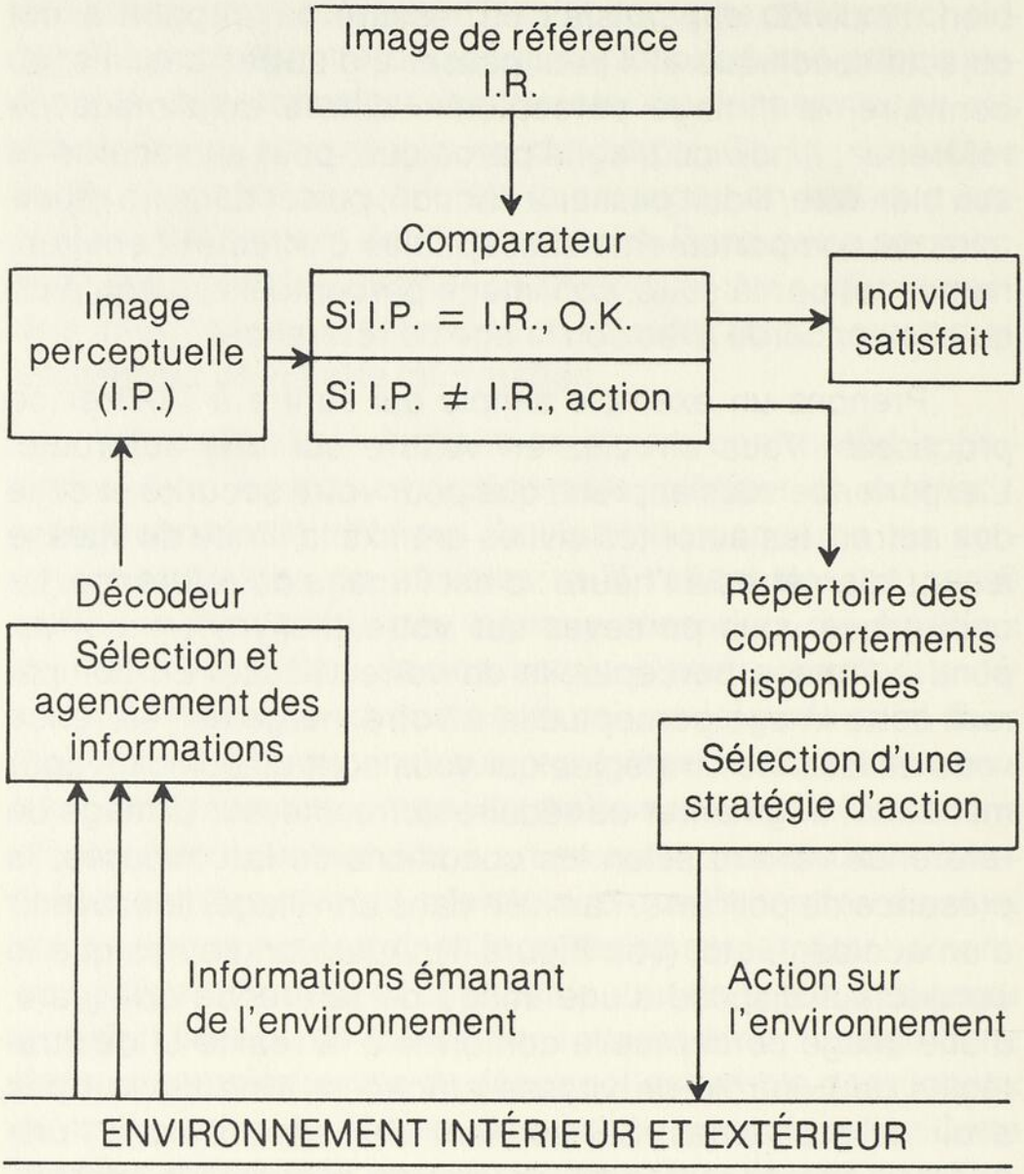


FIGURE 1 :

Cette figure illustre les principales composantes qui caractérisent le fonctionnement de soi face à des situations spécifiques. L'environnement intérieur ou extérieur produit des informations qui, suite à une sélection et une réorganisation se transforment en une image perceptuelle (I.P.). Cette dernière est juxtaposée à une image de référence (I.R.) qui correspond aux attentes du sujet face à l'environnement. S'il y a correspondance entre le perçu (I.P.) et l'attendu (I.R.), la personne est satisfaite et peut disposer de son énergie pour atteindre d'autres objectifs (I.R.). S'il y a discordance entre l'image perceptuelle (I.P.) et l'image de référence (I.R.), l'individu ressent un besoin d'agir. Il puise dans un répertoire la stratégie qui devrait lui permettre de changer son environnement intérieur ou extérieur de façon à ce que l'image perceptuelle (I.P.) coïncide à l'image de référence (I.R.).

cet exemple peuvent également s'appliquer à la conduite des rapports interpersonnels.

Dans une telle perspective, la connaissance de soi, c'est la capacité de faire un retour conscient sur la nature de nos objectifs (images de référence), de remettre en question notre interprétation des faits (image perceptuelle), d'examiner l'efficacité de nos comportements (stratégies d'action), et d'envisager, s'il y a lieu, des alternatives. La connaissance de soi porte donc sur un processus de prise de conscience et de remise en question du fonctionnement de soi en situation plutôt que simplement sur la capacité d'émettre sur soi-même une liste de qualificatifs plus ou moins précis et correspondant à peu près à la perception que d'autres auraient de soi.

La réussite du couple

Tout comme la connaissance de soi, le concept de réussite du couple paraît au premier abord assez simple. Après réflexion, ça se complique un peu. Typiquement, les concepts de satisfaction et de stabilité du couple s'associent à l'idée de réussite du couple[5]. La stabilité d'un couple mesurée par le nombre d'années de cohabitation ou par l'absence de séparation ou de divorce ne peut assurément pas être reconnue comme un indice de réussite du couple. En acceptant la validité de cet indice nous serions obligés d'affirmer que les mariages étaient mieux réussis avant l'établissement de la loi autorisant le divorce. Il faudrait également conclure que les conjoints qui se détruisent physiquement et moralement tout en restant ensemble ont mieux réussi leur mariage que ceux qui ont décidé d'y mettre fin. Alors que cette décision consacre l'échec de la relation, son absence ne constitue en aucune façon

5. W.J. Lederer et D.D. Jackson, *The mirages of marriage*, New York, Norton, 1968.

un indice de réussite. Par contre, la stabilité en fonction du degré de turbulence d'une relation peut être un indice plus intéressant des difficultés matrimoniales. En effet, la position d'un couple sur le continuum tranquillité-turbulence reflète la capacité des conjoints de négocier leurs différends et de régler leurs conflits. Trop de turbulence révèle la présence de conflits persistants au sujet desquels les conjoints s'affrontent de façon répétitive sans pouvoir atteindre de solution satisfaisante. Par contre, une tranquillité excessive peut être un indice d'indifférence ou de conflits latents au sujet desquels les conjoints refusent de communiquer et pour lesquels ils ont renoncé à s'affronter directement. Ce refus de communiquer sur les zones conflictuelles peut s'étendre à des zones jusqu'alors neutres de sorte que les conjoints en viennent à éviter les occasions d'échanges. Un conjoint renonce à l'affrontement s'il éprouve des difficultés à s'affirmer et s'il est persuadé que, quoi qu'il fasse, son partenaire aura le dernier mot. Les difficultés qu'éprouvent les individus dans leur capacité d'écoute, d'expression et de compréhension mutuelle poussent le couple vers les extrémités du continuum tranquillité-turbulence. Dépendant de la personnalité des protagonistes, le couple pourra avec le temps passer d'une période d'alternance entre tranquillité et turbulence pour se fixer graduellement dans l'un ou l'autre des pôles de cette variable. La réussite du couple dépend de la capacité des conjoints de contrer ce processus de fixation grâce à l'établissement d'un climat de sécurité et de confiance réciproque propice à l'ouverture de soi et aux communications efficaces.

Quant à l'évaluation de la satisfaction du couple, elle passe nécessairement par la satisfaction qu'elle procure aux personnes qui le composent. Or, la satisfaction de l'un n'implique pas la satisfaction de l'autre. La véritable question est de déterminer si la formation du couple favorise l'épanouissement des individus qui le composent, ou si, au

contraire, l'une ou les deux personnes renoncent à leur croissance personnelle pour la survie du couple. Ce renoncement se fait le plus souvent petit à petit, de manière quasi imperceptible jusqu'à ce qu'une personne, parfois les deux, devienne(nt) étrangère(s) à elle(s)-même(s) et déconnectée(s) de leurs propres besoins et de leurs propres aspirations. Il arrive également que l'un des partenaires mette l'autre au service de ses bescins personnels sans se soucier des aspirations légitimes de l'autre. Le renoncement et les conflits intérieurs qui s'ensuivent rendent la personne vulnérable à des troubles émotifs[6] et à des stress qui peuvent affecter sa santé physique. Réussir son couple, c'est créer une équipe qui favorise l'actualisation de ses membres. Il s'agit d'un défi en perpétuel renouvellement.

Considérations théoriques et cliniques

La méthode scientifique s'applique difficilement aux recherches portant sur des concepts aussi complexes que la connaissance de soi et la réussite du couple. Des problèmes d'éthique et des difficultés pratiques empêchent toute manipulation des variables. L'opérationnalisation et l'isolation des variables entraînent un réductionnisme qui dénature ces phénomènes humains complexes et ces processus qui évoluent dans l'intimité des personnes sur de longues périodes de temps. Confrontées aux limites de la méthode expérimentale, la modestie, la prudence et l'ouverture d'esprit s'imposent. C'est dans cet esprit que je vous propose l'examen des principales théories contemporaines concernant les rapports entre la connaissance de soi et la réussite du couple : la psychanalyse, le béhaviorisme et la théorie des systèmes. Ces théories dérivent principalement de l'introspection et de l'expérience clinique de leurs auteurs.

6. Voir R.J. Hafner, *Marriage and mental illness*, New York, Guilford, 1986.

Psychanalyse et scénario conjugal

La connaissance de soi recommandée par Socrate a été reprise par les psychologues contemporains et notamment par Freud comme un facteur susceptible de favoriser le bonheur et l'efficience personnelle. Dans le contexte de la psychanalyse, la névrose prend sa source dans la méconnaissance de soi[7]. L'inconscient symbolise justement cette partie de soi inaccessible à la conscience et à la rationalité. Cette partie de soi méconnue agirait néanmoins dans la vie des personnes en ce sens qu'elle les amènerait à réagir aux situations actuelles comme si elles n'étaient que des reprises de situations conflictuelles du passé; c'est l'idée du transfert. Dans ce contexte, l'individu se trouve condamné à revivre avec son conjoint les rapports conflictuels qu'il a vécus avec des personnes significatives de son enfance. La personne aurait une part très active dans la reproduction de la situation conflictuelle d'origine. Cette tendance active à la reproduction du conflit intérieur serait d'autant plus puissante qu'elle échappe à la conscience du sujet. Cette reproduction peut être assurée par une attirance particulière ressentie envers des personnes disposées à jouer leur rôle à l'intérieur du scénario que le sujet cherche inconsciemment à reproduire. En percevant, à tort ou à raison, son conjoint dans un rôle donné, le sujet agit avec lui en conséquence; ce qui a pour effet de forcer l'autre à jouer le rôle attendu et à reprendre le scénario troublant de l'enfance du sujet. Ce processus peut se jouer rapidement ou sur de longues périodes. Pour se libérer de ce déterminisme indésirable, le sujet peut progresser en trois étapes complémentaires : d'abord prendre conscience de ses tendances inconscientes, puis les soumettre à l'examen de sa rationalité et fina-

7. Voir W.W. Meissner, «The conceptualization of marriage and family dynamics from a psychoanalytic perspective» in T.J. Poolino et B.S. McGrady (dir.), *Marriage and marital therapy*, New York, Brunner/Mazel, 1978.

lement entreprendre les modifications qu'il jugera nécessaires.

Béhaviorisme et contrôle coercitif

La tendance inconsciente à revivre des situations traumatisantes et l'importance de la prise de conscience de son propre fonctionnement, mises en évidence par la psychanalyse, constituent deux concepts à retenir pour articuler les rapports entre la réussite de la vie conjugale et la connaissance de soi. On retrouve aussi ces notions à l'intérieur de la conception béhaviorale de l'évolution des conflits conjugaux[8]. Dans cette perspective, chacun des partenaires du couple débute la relation avec des attentes dérivant de ses expériences antérieures. Ces attentes peuvent être diverses et se situer à des niveaux de conscience multiples. Comme il y aurait une tendance à ce que les attentes négatives se caractérisent par un niveau de conscience supérieur aux attentes positives, il s'ensuit que des méthodes de contrôle négatif s'imposent plus spontanément dans le couple. En d'autres mots, le sujet est plus sensible lorsque l'autre ne répond pas à ses attentes en omettant certains comportements ou en agissant d'une manière jugée indésirable. Touché dans sa sensibilité et souffrant, le sujet entreprend de changer son partenaire en le punissant pour s'être comporté d'une manière non conforme au rôle attendu; c'est le contrôle coercitif. Par contre, lorsque le comportement de l'autre répond aux attentes du sujet, il juge ces attitudes correctes, normales et méritant peu d'attention. En conséquence, il néglige d'encourager les comportements attendus et contribue ainsi à leur diminution; il y a donc sous-utilisation des techniques de contrôle positif.

8. Voir G.R. Patterson, R.L. Weiss et H. Hops, «Training of marital skills : some problems and concepts» in H. Leitenberg (dir.), *Handbook of behavior modification and behavior therapy*, Toronto, Prentice-Hall, 1976.

Un des principaux objectifs du thérapeute conjugal béhavioriste consiste à remplacer le contrôle coercitif par un contrôle positif. Le contrôle coercitif qui consiste à forcer l'autre à changer par des punitions pose plusieurs problèmes pour la relation du couple. Le premier, c'est que l'attention se trouve concentrée sur la détection des choses désagréables susceptibles d'être observées chez l'autre; cette orientation perceptuelle nourrit l'insatisfaction du sujet lui-même. Le deuxième problème se présente pour le conjoint pris en défaut et puni; ce dernier, mis en accusation, cherche à se défendre et passe à la contre-attaque en adoptant à l'égard du premier la même attitude coercitive. Il s'ensuit des escalades pénibles pour les protagonistes, et destructrices pour la relation qui devient de plus en plus désagréable. Pour éviter ces souffrances, les conjoints réduisent graduellement leurs échanges et deviennent progressivement étrangers l'un à l'autre.

Le passage d'un style de contrôle coercitif à un mode de contrôle par renforcement positif exige souvent des partenaires l'acquisition d'un certain nombre d'habiletés sociales[9]. Parmi ces habiletés se trouve la capacité d'expliciter clairement la nature de nos attentes à l'égard de la vie en couple. Exprimer avec des mots le contenu de nos aspirations les plus profondes n'est pas sans présenter des difficultés. En effet, dans notre contexte culturel, il existe peu d'endroits où nous sommes encouragés et formés à la prise de conscience de nos aspirations personnelles. Les auditoires attentifs se font rares. Lorsqu'ils existent, ils opposent spontanément aux balbutiements de nos aspirations, des jugements de valeurs, des restrictions pratiques et rationnelles et prennent plaisir à relever des contradictions apparentes. Ces obstacles empêchent

9. Voir J.M. Boisvert et M. Beaudry, *S'affirmer et communiquer*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1979.

l'analyse requise pour une réconciliation éventuelle des aspirations multiples et parfois incohérentes qui habitent le monde intérieur du sujet lui-même. C. Sager[10], dans un ouvrage sur le contrat de mariage, distingue trois niveaux d'attentes : les attentes verbalisées comme par exemple, le désir d'avoir des enfants ou de poursuivre une carrière; les attentes explicites non verbalisables comme par exemple la recherche d'une sécurité financière ou la rassurance concernant son hétérosexualité; et les attentes implicites ou inavouables pour le sujet lui-même comme le désir de trouver une relation où il sera possible d'exprimer ses désirs de façon impulsive et directe, comme beaucoup d'enfants le font à l'égard de leurs parents.

À cette capacité de prise de conscience s'ajoute l'acquisition de compétences en communication (écoute active, respect réciproque, politesse, formulation de messages d'appréciation, et expression diplomatique des demandes d'augmentation et de diminution de comportement[11] ainsi que la maîtrise des processus de prise de décision[12] et de résolution de problèmes (définition du problème, élaboration d'un éventail de choix, application et vérification des résultats de la solution retenue[13].

Il peut arriver que certains individus semblent présenter spontanément, et avec facilité, des comportements de couple adaptés lorsque ces aptitudes ont déjà été acqui-

10. *Marriage contracts and couple therapy*, New York, Brunner/Mazel, 1976.

11. Voir Richard Hould, «Un entraînement au dialogue de couple» dans *Système humain*. 1, 1, p. 75-95.

12. Voir J.J. Horan, *Counseling for effective decision making*, North Scituate, Duxburg, 1979.

13. Voir Z. Wanderer et E. Fabian, *S'aimer pour la vie*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1979; O. Wright, *La survie du couple*, Montréal, La Presse, 1985; M. Beaudry et J.M. Boisvert, *Psychologie du couple*, Montréal, Éd. du Méridien, 1988.

ses dans leur famille d'origine. Lorsque les comportements spontanés sont destructeurs, le béhavioriste peut aider les conjoints à acquérir et à parfaire des stratégies susceptibles de faciliter de bons rapports interpersonnels et de maximiser l'atteinte des objectifs de chacun. Il favorise ainsi le remplacement des modes de comportements réactionnels et automatiques par des attitudes réfléchies et fonctionnelles. En d'autres mots, là où c'est nécessaire, il remplace la spontanéité des réactions conditionnées par un calcul créateur. En soi, on peut dire que la spontanéité, comme le calcul, ne sont l'une et l'autre ni bons ni mauvais en soi. Ce qui importe c'est ce que l'on en fait et où l'on est conduit par l'une ou par l'autre. On peut choisir entre un calcul bien intentionné et une spontanéité qui s'est jusqu'alors montrée plutôt destructrice. Les comportements désirables, acquis par la réflexion et grâce à un certain effort conscient, peuvent avec la pratique devenir plus spontanés. Quoi qu'il en soit, c'est à l'individu de décider de la manière dont il entend conduire sa vie. C'est le choix entre un mode de fonctionnement différencié et conscient, ou un mode indifférencié plus ou moins conscient.

Théorie des systèmes et différenciation cognitive

Le concept de différenciation cognitive constitue un élément fondamental de la théorie des systèmes familiaux de Bowen[14]. Dans cette perspective, on peut distinguer chez l'être humain deux types de fonctionnement mental : un fonctionnement émotif, irrationnel et foncièrement subjectif, et un fonctionnement intellectuel et rationnel caractérisé par l'objectivité. Le fonctionnement d'une personne peut osciller entre ces deux modes de fonctionnement selon l'intensité des stress qui l'assaillent. Dans une situa-

14. Voir M.E. Kerr «Family systems theory and Therapy» in A.S. Gurman et D.P. Kniskern (dir.), *Handbook of family therapy*, New York, Brunner/Mazel, 1981.

tion stressante, la personne devient anxieuse et tendue. Elle tend alors à adopter un mode de fonctionnement émotif caractérisé par des automatismes, des conditionnements et des réactions de survie. Dans le calme et la sécurité, il serait plus facile pour la personne de prendre le temps d'analyser la situation, d'envisager plusieurs solutions et d'agir avec plus d'objectivité et d'efficacité. La capacité de la personne d'identifier et de choisir son mode de fonctionnement à un moment donné constitue une variable de la personnalité d'une importance capitale : le degré de différenciation cognitive.

Lorsque le degré de différenciation est élevé, la personne est relativement invulnérable à l'émotivité ambiante. Elle peut conserver ses idées claires et prendre des décisions fondées sur une évaluation objective des informations disponibles. Elle accepte qu'on puisse percevoir les choses différemment sans se sentir menacée pour autant. Un degré élevé de différenciation implique trois éléments : une connaissance claire des buts visés (image de référence); le sentiment que les comportements retenus sont des moyens puisés à l'intérieur d'un répertoire de stratégies possibles; et la conviction que la perception constitue une interprétation parmi d'autres résultant d'un traitement des informations disponibles (image perceptuelle)[15].

Si le degré de différenciation est faible, le sujet devient facilement insécure, tendu et anxieux. Il prend ses perceptions pour des réalités (ignorance du processus de décodage), il insiste pour atteindre des buts impossibles (images de référence irrationnelles), il confond les fins et les moyens (choix impulsif de stratégies conditionnées), et il se voit finalement condamné à adopter des stratégies de comportements primitifs tels que la dépression, la panique,

15. Voir R. Hould et L. Gauthier, «Le Terci, une conception systématique de la personnalité» dans *Système humain* 1, 1, p. 43-51.

la violence ou la somatisation. Dans le couple, ces réactions émotives intenses peuvent prendre la forme d'un désir excessif de plaire, d'être approuvé et d'être proche, ou encore d'une opposition systématique, d'une rébellion ou d'une intolérance à l'intimité. Vulnérable aux pressions du conjoint, il ressent le besoin d'exercer à son tour des pressions émotives pour influencer et forcer les pensées et les comportements de l'autre. Le niveau «fondamental» de différenciation d'une personne correspond à sa capacité moyenne de distinguer si elle fonctionne sur un mode émotif ou sur un mode intellectuel ainsi qu'à son pouvoir de sélectionner le mode qui orientera son activité dans une situation donnée. Ce niveau moyen aurait été fixé au cours de la croissance du sujet et dépendrait du degré de tensions vécues dans sa famille d'origine. Par contre, le niveau «fonctionnel» de différenciation varie en fonction du stress exercé sur l'individu et correspond donc à une mesure ponctuelle (et non moyenne) du degré de différenciation.

Différenciation cognitive et évolution du couple

La croissance dans un milieu familial optimal permet à l'individu d'atteindre un niveau fondamental de différenciation élevé. Dans un contexte de couple, il favorise une bonne connaissance de soi, un respect de l'autre en tant qu'être distinct de soi (décodage adéquat de la situation), une tolérance aux frustrations inévitables de la vie conjugale (attentes réalistes et légitimes), une compétence interpersonnelle orientée vers la réussite du couple (répertoire de stratégies favorables à la réussite du couple) ainsi qu'une capacité de retour sur son expérience. Au contraire, la personne victime d'un contexte familial caractérisé par des tensions et des conflits chroniques se retrouve avec un niveau fondamental de différenciation cognitive relativement faible. Dans cet état, le sujet éprouve, dans une situation de couple, de la difficulté à ressentir, à recon-

naître, à exprimer et à analyser son vécu (décodage inadéquat et biaisé). Des attentes floues, contradictoires et irréalistes définissent un style de relation destructeur de soi, du partenaire et de la relation (images de référence). Les stratégies d'action limitées et stéréotypées se limitent trop souvent à générer des attaques (blâmes et récriminations) ou à éviter systématiquement toute renégociation à l'intérieur du couple (silence et retrait). Il se retrouve le plus souvent mal dans sa peau, confus, incapable d'examiner avec un certain recul les composantes de son vécu. Vulnérable à des crises émotives, il ressent peu les frontières entre soi et les autres (il se sent responsable du bien-être des autres, ou rend les autres responsables de son propre bien-être); il éprouve des difficultés à fournir une évaluation réaliste de soi et des autres (il se surestime et méprise les autres, ou il se sous-estime et idéalise les autres). Autoritaire et dogmatique sur certains sujets, il projette sur ceux qui ne partagent pas son point de vue des caractéristiques négatives. La psychose fournit un exemple de pensée subjective dominée exclusivement par des sentiments[16].

Dépendant de la nature du vécu dans sa famille d'origine, de sa personnalité et de son bagage génétique, la personne en état d'indifférenciation tend à adopter en couple le rôle d'un des deux prototypes suivants : le poursuiveur romantique et le distanceur affairé[17]. Le poursuiveur recherche les moments consacrés à la relation amoureuse; il aime exprimer ses pensées et ses sentiments ainsi qu'être à l'écoute du monde intérieur de l'autre. Quant au distanceur, il recherche les moments de solitude, s'intéresse à des projets d'activités extérieures et mani-

16. Voir M.E. Kerr, *op. cit.*

17. Voir P.J. Guerin, L.F. Fay, S.L. Burden et J.G. Kautto, *The evaluation and treatment of marital conflict*, New York, Basic, 1987.

feste peu d'accès à ses propres émotions et peu d'écoute à celles de son conjoint. Le rôle assumé par une personne peut varier dans le temps et en fonction des protagonistes.

Dans les couples, on retrouve typiquement un distanceur et un poursuiveur. Lorsque les conjoints présentent une bonne différenciation cognitive, cette complémentarité, parfois en alternance, assure un équilibre entre la réalisation des tâches et la vie amoureuse du couple. Dans les situations de stress, quelles qu'elles soient, l'alternance de ces rôles décroît, les tendances à poursuivre ou à distancer s'intensifient et un processus d'aliénation s'enclenche. Ce dernier est d'autant plus irrémédiable que les conjoints se caractérisent par une connaissance de soi indifférenciée. Ce processus comprend cinq étapes. Lors de la première étape, le poursuiveur cherche à se rapprocher du distanceur alors que ce dernier cherche plutôt à s'isoler. Le stress inhérent à cette situation favorise le passage à une seconde étape où le poursuiveur insiste davantage et le distanceur fuit le poursuiveur en se concentrant sur toutes sortes d'activités extérieures au couple. Par la communication et l'amour qu'ils se portent l'un à l'autre, les conjoints peuvent désamorcer le processus, négocier une distance optimale et prendre des mesures efficaces pour réduire les sources de stress et assouplir leurs positions respectives. Autrement, les conjoints accumulent des frustrations, de la colère et des souffrances à un point tel que le poursuiveur cesse de poursuivre le distanceur et devient lui-même un distanceur réactionnel. Ce changement d'attitude du poursuiveur indique la troisième étape du processus de détérioration du couple. Typiquement, le distanceur s'inquiète du changement opéré chez le poursuiveur et se transforme lui-même en un poursuiveur réactionnel. Si le poursuiveur original accepte l'effort de rapprochement du distanceur devenu poursuiveur réactionnel, le processus peut revenir en arrière; s'il déclare plutôt qu'il est trop tard, que ce petit jeu a déjà trop duré et qu'il en a assez de se

battre constamment pour des miettes, l'échange se caractérise par des attaques, des contre-attaques, des critiques, des blâmes et des disputes. C'est alors le passage à la quatrième étape. Chez ces couples, la relation est très conflictuelle et les rôles de poursuiveur et de distanceur sont très difficiles à démêler. Lorsque les deux conjoints se transforment en distanceurs rigides, ils deviennent fermés et émotivement insensibles l'un à l'autre. C'est la cinquième étape du processus de détérioration du couple.

Conclusion

Tout le monde veut réussir ce qu'il entreprend, y compris sa vie de couple. Par contre, il est difficile de réussir dans sa vie familiale, dans sa vie professionnelle et dans le maintien d'une bonne forme physique. Rares sont ceux qui parviennent à exceller dans ces trois domaines. Des priorités s'imposent et celles-ci sont fonction des valeurs personnelles de chacun. Toutes ces réussites requièrent du temps, de l'énergie, une planification et des efforts d'élaboration et de créativité constants. L'échec est le plus souvent une chose non planifiée qui se construit tout seul, malgré soi, à un niveau qui échappe à notre conscience. Ce qui caractérise la réussite de la vie conjugale et familiale, c'est qu'elle ne dépend pas que de soi. En effet, cette réussite exige la collaboration active de deux individus qui acceptent de mettre leur créativité au service de la compréhension et de l'écoute mutuelle. Ce n'est pas facile : toutes les forces d'inertie psychologique tendent à l'échec de ce projet.

Pour contrer ces forces d'inertie, les deux principaux ingrédients de la réussite du couple résident dans l'honnêteté et la générosité des conjoints. Ajouté à ces deux éléments, la connaissance de soi, par le biais du concept de différenciation cognitive, constitue probablement un des facteurs majeurs de la réussite du couple. Il ne faut pas

oublier que, dans certains cas, l'abandon d'un couple peut être un signe de connaissance de soi et de l'autre. À ce moment, la personne lucide peut conclure qu'elle n'a plus rien à attendre de son partenaire et décider de s'organiser en conséquence pour s'épanouir.

Richard Hould
Professeur au département de psychologie
de l'Université du Québec à Trois-Rivières

La connaissance de soi d'un point de vue socio-cognitif

Philippe Thiriart

Parler de connaissance de soi suppose que l'on définisse le soi et la connaissance, ce qui peut se faire à partir de trois questions : 1) Le soi existe-t-il réellement ou virtuellement? 2) Le soi échappe-t-il aux déterminismes de la matière ou est-il libre? 3) La connaissance vise-t-elle l'explication-compréhension des événements ou bien leur prédiction et leur maîtrise? En outre, il est possible d'identifier quatre grandes approches en psychologie : la psychanalyse, l'humanisme, le cognitivisme et le béhaviorisme. Pour chacune de ces approches, la connaissance de soi prend un sens particulier.

Enfin, d'un point de vue socio-cognitif : 1) Le soi n'est pas une entité réelle à connaître mais une représentation à construire. 2) La connaissance de soi correspond plus souvent, en pratique, à une évaluation ou à un jugement psycho-social qu'à une connaissance au sens strict.

Le soi existe-t-il réellement ou virtuellement?

Selon le dualisme, en plus des entités et des processus matériels, existent des entités ou des processus immatériels, mentaux ou psychiques. Les symboles et leurs significations existent distinctement du monde matériel; ils attendent qu'on les élucide. De plus, l'étude de l'immatériel ne requiert pas de connaître le matériel : il n'est pas nécessaire de posséder des connaissances scientifiques pour faire de la psychologie. Dans cette perspective, le soi

est une entité ou un symbole immatériel mais réel. Il s'agit de le découvrir ou de l'élucider.

Par contre, selon le monisme matérialiste, seuls existent des entités et des processus matériels. Les symboles et leurs significations sont continûment construits, ou même inventés, par les cerveaux humains. Il est donc important de savoir comment ces derniers fonctionnent. Dans cette perspective, le soi n'existe pas réellement; il ne peut exister que virtuellement, c'est-à-dire en tant que représentation que l'organisme construit de lui-même[1]. Se connaître, c'est se construire un soi adapté (la signification précise de «adapté» restant à préciser).

Faisons appel à quelques métaphores pour faire comprendre la distinction entre le réel et le virtuel. Par exemple, cette distinction est utilisée en informatique. Des éléments d'un système informatique peuvent être considérés comme ayant des propriétés différentes de leurs caractéristiques physiques[2]. Ces propriétés sont alors appelées virtuelles puisqu'elles ne s'expliquent pas *directement* par les seules caractéristiques physiques.

En physique optique, on distingue les images réelles et virtuelles. Une image projetée, un dessin ou une photographie constituent des images réelles. De la matière mise en forme sur le papier correspond directement à l'image. Si on reproduit point par point ce qui se trouve à la surface du papier ou de l'écran, on retrouve la même image. Par

1. Ce qui évoque l'éternel problème du cerveau et de l'esprit. Voir à ce propos le dossier de cinq articles : «L'esprit ou le cerveau» dans *La petite revue de philosophie*, vol. 8, nº 2, printemps 1987, 160 pages. Voir aussi : Mario Bunge, «Le problème corps-esprit» dans *Médecine psychosomatique*, vol. 2, nº 15, 1987, p. 85-94; Yves Galifret, «Un problème qui n'en finit pas d'être dépassé» dans *Bulletin de psychologie*, tome XL, nº 381, 1987, p. 689-696; Yves Galifret, «Esprit es-tu là?» dans *Raison présente*, nº 76, p. 5-17.

2. *Grand Dictionnaire Encyclopédique Larousse*, Paris, 1985.

contre, l'image que chacun voit de lui-même dans un miroir est virtuelle. Elle n'est formée ni dans le miroir, ni à sa surface. Elle ne se forme que sur notre rétine.

Si on enregistre, point par point, les rayons lumineux à la surface du miroir, la figure reproduite n'est qu'un brouillard informe. Pourtant ce brouillard enchevêtré est réel; sans lui, il n'y aurait pas d'image virtuelle. Semblablement, quand nous étudions le cerveau, nous n'observons qu'un enchevêtrement de neurones. Ce brouillard neuronal est réel; sans lui, il n'y aurait pas de mental et de soi virtuels. C'est la position des monistes matérialistes.

Une curieuse illusion perceptuelle nous fait voir un triangle qui n'existe pas réellement[3 et 4]. Sur une feuille de papier se trouvent quelques formes noires qui sont réelles parce qu'elles correspondent point par point à la présence d'encre noire qui réfléchit différemment la lumière que le papier blanc le fait. Mais, au milieu de ces formes réelles, se dégage avec netteté un triangle blanc dont les contours ne correspondent que partiellement aux formes noires. On a vraiment l'impression que ce triangle a été peint au moyen d'une peinture blanche spéciale. Pourtant, observées point par point, cette forme et cette matière disparaissent. Leur existence n'est que virtuelle. Elles n'existent que comme constructions de notre cerveau.

Soulignons en passant que le terme «psychosomatique» est dualiste. Il présuppose l'existence de deux ordres de réalité : le psychisme et l'organisme qui interagissent l'un avec l'autre. Quand les monistes veulent s'exprimer avec exactitude, ils peuvent utiliser le terme «cortico-

3. Philippe Thiriart, «Le Triangle et l'esprit» dans *La petite revue de philosophie*, vol. 1, nº 1, automne 1979, p. 25-35.

4. Jearl Walker, «Pourquoi voyons-nous des taches lumineuses là où il n'y en a pas?» dans *Pour la science*, mars 1988, p. 22-25.

viscéral». En effet, le cortex cérébral ne contrôle pas directement les fonctions végétatives (viscérales) de l'organisme : battements cardiaques, digestion, acidité des muqueuses, etc. Mais, même si les idéations du cortex ne contrôlent pas directement les fonctions végétatives, elles peuvent les modifier indirectement. Par exemple, le cortex cérébral ne peut pas influencer directement les battements cardiaques, mais il peut les accélérer en pensant à quelque chose d'excitant et il peut les ralentir en passant à quelque chose de calmant. Dans cette perspective moniste, la psychosomatique désigne simplement une interaction entre deux systèmes matériels d'information.

La réalité du soi d'après les principaux courants en psychologie

Les principaux courants en psychologie peuvent être séparés en deux groupes selon qu'ils considèrent que le soi est réel ou virtuel. Traditionnellement, en psychanalyse, on le considère comme réel. D'après le philosophe Mario Bunge, le jeune Freud adhérait à un parallélisme corps-esprit; le Freud mûr à un interactionnisme corps-esprit[5]. De plus, une enquête effectuée auprès d'étudiants universitaires en psychologie, le confirme : ce sont des dualistes spiritualistes qui préfèrent le plus souvent l'approche psychanalytique[6].

Dans le courant humaniste aussi, le soi est réel, même si on invoque parfois un holisme intégrateur[7], l'hu-

5. Mario Bunge, *op. cit.*, p. 86-87.

6. Philippe Thiriart, «Les présupposés philosophiques dans l'approche béhaviorale chez les étudiants en psychologie» dans *Technologie et thérapie du comportement*, vol. 9, n°s 2-3, automne 1985, p. 127-138.

7. John C. Rowan, «Humanistic psychology» in Rom Harré & Roger Lamb, *The encyclopedic dictionary of psychology*, Cambridge (Mass.), The MIT Press, 1983, p. 281-282.

maniste est représenté par des auteurs comme Carl Rogers, Frederick Perls, Rollo May, Abraham Maslow, Alexander Lowen, Ronald D. Laing et Erich Fromm. Ainsi, selon l'humanisme et la psychanalyse, vouloir se connaître, c'est vouloir accéder à un processus ou à une entité psychique qui réside en nous.

Du côté des monistes matérialistes, on retrouve bien sûr les béhavioristes radicaux (B.F. Skinner, J.B. Watson et J. Wolpe). Ils considèrent le soi comme virtuel au point d'être superflu. Pour eux, les pensées conscientes, les sentiments, les intentions et les processus «mentaux» de toute sorte influencent très peu nos actions effectives. L'organisme réagit principalement en fonction des conditionnements auxquels il a été soumis. Nous sommes des machines complexes qui réagissent à des stimuli biologiques et sociaux[8].

En plus de la psychanalyse, de l'humanisme et du béhaviorisme, peut-on concevoir un quatrième courant en psychothérapie? Pour de nombreux psychologues le soi est virtuel, peut-être même fictif; néanmoins, il influence causalement notre conduite. Plusieurs termes peuvent être utilisés pour désigner ce courant : cognitivisme, béhaviorisme cognitif, émergentisme, constructivisme ou existentialisme. Voici comment le philosophe André Lalande caractérise l'existentialisme : «Retour à l'existence comme elle nous est donnée, sentiment croissant de la vanité qui peut s'insinuer dans des doctrines même sévères, mesure de la distance entre les abstractions théoriques et l'expérience concrète; bref, besoin de considérer l'existence en

8. J'ai soutenu ailleurs que ce béhaviorisme peut découler d'un scepticisme gnoséologique : «Du scepticisme au béhaviorisme» dans *Philosopher*, nº 7, 1989, p. 87-98.

face, telle qu'elle est vécue, et de penser sur elle avec efficacité...[9].»

En psychothérapie américaine, ce courant existentialiste concerne des auteurs de style aussi divers que Lucien Auger, Robert B. Cialdini, Albert Ellis, Milton H. Erickson, Jay Haley, Arnold Lazarus, Michael Mahoney et Paul Watzlawick[10]. En somme, d'après moi, ce qui rapproche ces auteurs — et les oppose notamment à la psychanalyse — c'est qu'il n'y a pas de soi réel (essentiel) caché au fond de nous à découvrir. Par nos actions et par nos pensées, donc par notre existence, nous construisons continûment un soi virtuel qui rétroagit sur notre existence.

Le soi peut-il échapper au déterminisme?

Nous savons tous que l'organisme est soumis à des déterminismes matériels. De petites quantités de produits chimiques suffisent pour modifier grandement le comportement et la conscience. Les pulsions biologiques exercent une puissante influence sur les passions humaines. Les techniques de conditionnement influencent fortement les émotions et les comportements des consommateurs[11]. Néanmoins, nous est-il parfois possible d'agir parce que nous le voulons librement et non parce qu'un déterminisme — externe ou interne, matériel ou psychique — nous y entraîne inexorablement? Reste-t-il de la place pour une certaine liberté? Dans quelle mesure, le soi (réel ou virtuel) peut-il librement causer des comportements?

9. André Lalande, *Vocabulaire technique et critique de la philosophie*, Paris, PUF, 1968.

10. Voici trois ouvrages cognitivistes dignes d'attention : Paul Watzlawick (dir.), *L'invention de la réalité*, Paris, Seuil, 1985; Jay Haley, *Tacticiens du pouvoir*, Paris, ESF, 1984; Carol Tavris, *La colère*, Montréal, Éd. de l'Homme, 1984.

11. Robert B. Cialdini, *Influence*, Paris, Albin Michel, 1988.

Les béhavioristes radicaux considèrent que le soi est une représentation que l'organisme se fait de lui-même, mais que cette représentation ne détermine guère la conduite. Il est donc permis de la négliger. Pour eux, la connaissance dite de soi se réduit à la connaissance des comportements et de leurs déterminants situationnels. Se connaître, c'est savoir comment on agit et dans quelle situation[12]. Ainsi, on pourra mieux prédire et maîtriser nos réactions émotives et nos comportements.

Il paraît trivial de chercher à savoir ce qu'on fait; chacun ne le sait-il pas spontanément? Eh bien non, de nombreuses recherches montrent qu'on ne sait que fort imparfaitement ce qu'on fait[13]. Parmi nos actions, on ne garde en mémoire que celles qui sont compatibles avec notre soi. Tout un ensemble de comportements sont oubliés au fur et à mesure qu'ils se produisent. Dans cette perspective, non seulement le soi ne cause guère nos actions, mais de plus il nous empêche de savoir ce que nous faisons exactement. Le soi est un obstacle à la connaissance exacte de nos réactions et comportements. Par conséquent, les béhavioristes radicaux ont choisi de ne pas s'en occuper. Nous sommes conditionnés et nous resterons conditionnés. Notre seule liberté consiste à essayer de nous débarrasser des conditionnements contradictoires et nuisibles afin de nous reconditionner de manière cohérente et utile.

12. Esteve Freixa i Baqué, «Les fondements de la connaissance de soi du point de vue béhavioriste» dans cette même revue.

13. Trois ouvrages présentent une synthèse de ces recherches : Jean-Léon Beauvois, *La psychologie quotidienne*, Paris, PUF, 1984; Jacques-Philippe Leyens, *Sommes-nous tous des psychologues?*, Bruxelles, Mardaga, n° 119, 1983; Richard Nisbett et Lee Ross, *Human inference : strategies and shortcomings of social judgment*, New Jersey, Prentice-Hall, 1980.

Même si la psychanalyse orthodoxe considère qu'un soi réel cause les comportements, ce soit est lui-même un appareil psychique déterminé, qui ne laisse guère de place pour la liberté[14]. Se connaître, c'est connaître ce soi constitué en bonne partie par un inconscient. Et que permettrait alors cette connaissance de soi selon la psychanalyse? Peut-être tout simplement de mieux s'accepter comme on est.

En effet, d'après le psychanalyste Jean-Pierre Losson, «la valeur thérapeutique de la psychanalyse est chaudement disputée, à l'intérieur comme à l'extérieur du monde psychanalytique[15]». Lorsque des enquêtes sont effectuées auprès des clients, elles montrent qu'un faible pourcentage d'entre eux sont libérés de leurs symptômes. Martin Gross rapporte une telle étude effectuée aux États-Unis. Cette recherche conclut à un taux de 20% de «guérison»[16]. (*Les psychocrates* sont à lire pour comprendre la place que tiennent la psychologie et la psychiatrie dans notre culture.) Le point de vue des consommateurs français est présenté par Dominique Frischer dans *Les analysés parlent*[17]. En somme, la psychanalyse est le plus souvent inefficace pour libérer ses clients de leurs symptômes névrotiques.

Au contraire des psychanalystes orthodoxes, les psychologues humanistes affirment la liberté humaine avec un grand optimisme. Le soi est réel, signifiant, libre et non. Une fois en contact avec ce soi, on devrait agir de façon

14. Cécile Landry, «La conception freudienne de l'être humain» dans *Philosopher*, n° 5, 1988, Montréal, p. 27-42.

15. «Psychanalyse et efficacité thérapeutique» dans *La petite revue de philosophie*, vol. 3, n° 1, automne 1981, p. 45.

16. *Les psychocrates*, Paris, Laffont, 1979, p. 262.

17. Paris, Stock, 1977.

pleinement «humaine», c'est-à-dire avec créativité, bienveillance et sagesse. Pour agir harmonieusement, il suffit de savoir se mettre à l'écoute de son soi réel en écartant les obstacles sociaux ou éducatifs qui nous en ont aliénés. Paradoxalement, l'approche humaniste n'est pas incompatible avec une société de consommation où la publicité encourage l'individualisme narcissique et promet des solutions miracles aux difficultés de l'existence[18]. De prime abord, l'approche humaniste est fort séduisante.

Pour le cognitivisme ou l'existentialisme (au sens le plus large), le soi n'est que virtuel. Dès lors comment peut-il influencer librement notre conduite? «Quelle liberté reste-t-il à l'individu compte tenu des contraintes biologiques, psychologiques et sociales qui pèsent sur l'être humain[19].» Je pense que plusieurs de ces contraintes n'agissent pas directement sur la conduite. Elles le font par l'intermédiaire de croyances, de représentations ou de significations. Or, dans une certaine mesure, l'individu peut modifier la représentation qu'il se fait d'une situation. Les thérapies cognitives consistent principalement à inciter les gens à adopter des croyances plus fonctionnelles, «à penser sur l'existence avec efficacité[20]». Dans cette perspective, la connaissance de soi devient la construction continue d'un soi virtuel adapté.

Mais comment distinguer la liberté de l'illusion de liberté? Souvent, nous nous faisons croire que nous agissons librement alors que nous ne faisons que céder à des déterminismes. Par exemple, le fumeur, après avoir essayé d'arrêter de fumer et échoué, se fait croire qu'il conti-

18. Serge Provost, «L'individualisme narcissique» dans *Critère*, nº 40, automne 1985, p. 67-81.

19. Thème du concours organisé en 1988 à l'initiative de la revue *Philosopher*.

20. «Existentialisme» dans André Lalande, *op. cit.*

nue de fumer parce qu'il le veut bien. Le slogan publicitaire «Je fais ce qui me plaît quand cela me plaît» présente comme liberté ce qui n'est qu'abandon aux déterminismes.

En somme, pour la psychanalyse et pour l'humanisme, il y a un soi réel à découvrir. En psychanalyse, cette découverte permet principalement l'explication de soi (mais elle n'engendre pas nécessairement de changements dans les comportements). Pour l'humanisme, cette découverte mène à une compréhension de soi qui devrait libérer les comportements adéquats.

D'après les béhavioristes et les cognitivistes, le soi est une représentation construite par le cerveau. Les béhavioristes considèrent que ce soi est plus un obstacle qu'une aide lorsqu'on veut modifier les comportements; aussi, ils évitent de s'en occuper. Par contre, les cognitivistes considèrent que ce soi virtuel influence nos actions; ainsi, un individu peut modifier plusieurs de ses comportements en changeant «librement» ses représentations de lui-même et de la vie.

À partir des informations précédentes, il est possible de présenter une figure qui résume les positions relatives des quatre courants psychologiques. Remarquons que si la psychanalyse y est considérée comme un déterminisme et un dualisme, cela ne signifie pas que tous les auteurs qui s'en réclament le font sous cet angle. Il est possible de faire de la psychanalyse existentielle, de la psychanalyse humaniste et même — ce qui est moins connu — de la psychanalyse béhavioriste[21]. Mais, j'avance que la psychanalyse orthodoxe correspond à une perspective déterministe et dualiste; par conséquent, essentialiste, ce qui a sans doute permis son succès culturel. Depuis Platon et

21. Paul L. Wachtel, *Psychoanalysis and behavior therapy*, New York, Basic Books, 1977, 315 p.

Une classification des principaux courants psychologiques

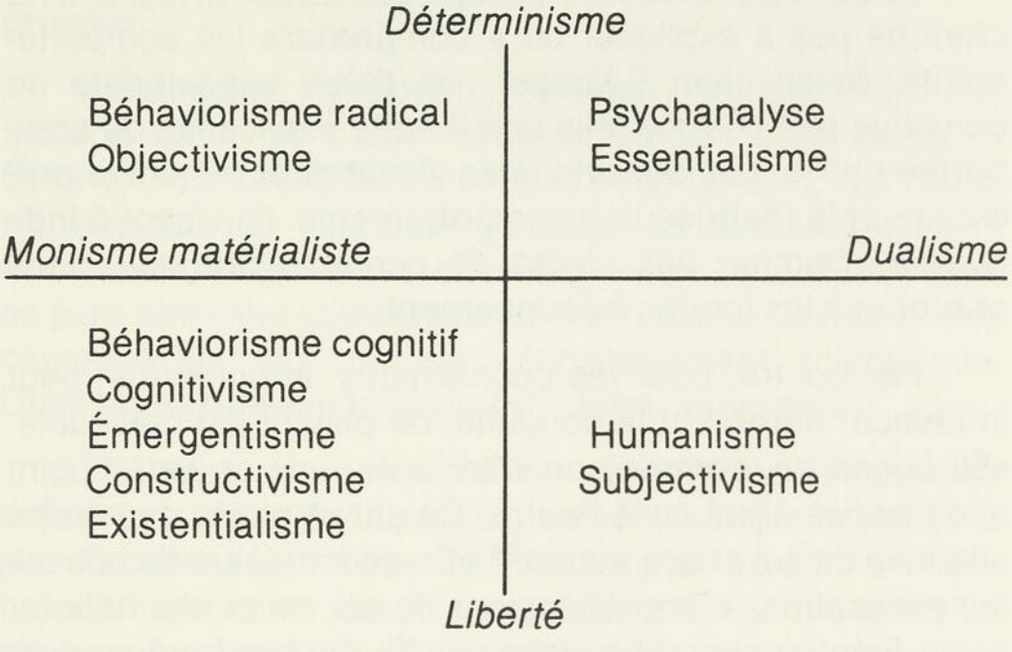


Figure 1 :

Positions relatives des principaux courants en psychologie d'après deux axes philosophiques.

en passant par le christianisme, la philosophie dominante de l'Occident est essentialiste.

Le but de la connaissance selon les quatre approches

La connaissance vise-t-elle l'explication-compréhension ou bien la prédiction et la maîtrise des événements? Pour la psychanalyse, c'est l'explication du soi (de l'appareil psychique) qui importe puisqu'il détermine nos comportements. Pour l'humanisme, le soi doit être compris de façon intuitive et vécue puisqu'il est la source des comportements authentiques et libres. Dans les deux cas, il est vain de vouloir directement prédire et maîtriser nos comportements puisqu'ils sont subordonnés à un soi réel et

causal (déterminé pour la psychanalyse, libre pour l'humanisme).

Le béhaviorisme ne s'occupe pas du soi virtuel et il ne cherche pas à expliquer ou à comprendre les comportements. Selon Jean Bélanger, «la thèse béhavioriste ne constitue pas comme telle une théorie explicative du comportement[22]». Les béhavioristes visent directement la prédiction et la maîtrise des comportements. Ils visent à indiquer à l'homme des règles de conduite pratique, sans chercher à les fonder théoriquement.

Par contre, pour les cognitivistes, le soi virtuel peut influencer librement la conduite; de plus, il est malléable. «Se connaître, comme connaître autrui, ce ne serait point avoir accès à soi ou à l'autre. Ce serait plutôt construire une idée de soi et des autres[23].» En construisant de nouvelles explications-compréhensions de soi, on peut améliorer notre fonctionnement psycho-social. Apprendre à se connaître, c'est se modeler un soi qui permette de fonctionner de manière efficace, confortable et socialement désirable.

Explication ou compréhension de soi?

Est-il légitime d'associer l'explication et la compréhension de soi comme je viens de le faire? Tout un courant philosophique, initialement représenté par Wilhelm Dilthey, n'oppose-t-il pas la compréhension humaine à l'explication causale des sciences. Selon Dilthey, les sciences de l'homme requièrent une méthode et un objet essentiellement différents de ceux qui caractérisent les sciences de la nature. L'explication par les causes serait le propre de

22. «Image et réalités du béhaviorisme» dans *Philosophiques*, vol. 5, nº 1, avril 1978, p. 3-110. Cet article présente une analyse épistémologique approfondie du béhaviorisme.

23. Jean-Léon Beauvois, *op. cit.*, p. 20.

ces dernières, alors qu'on ne connaîtrait les phénomènes humains que d'une manière intuitive, par une participation vécue du sujet comprenant aux phénomènes à comprendre.

Néanmoins, l'historien Paul Veyne rejette cette distinction dans un essai épistémologique bien connu[24]. Selon lui, «La causalité... c'est notre vie» (p. 204). «La cause n'existe que par l'intrigue» (p. 205). «La causalité est une conclusion, et une conclusion vague» (p. 181). Paul Veyne se joint ainsi aux scientifiques positivistes pour nier que la causalité soit un concept intrinsèquement scientifique. Dans la vie, une explication sert à faire comprendre.

En outre, bon nombre de recherches, effectuées depuis trente ans en psychologie, montrent que le sujet n'a pas d'accès direct et assuré à ses propres émotions et attitudes. Il les infère causalement comme les inférerait un observateur extérieur[25]. Par exemple, de nombreuses personnes infèrent qu'elles sont intimidées — lors d'une rencontre sociale — lorsqu'elles perçoivent que leur cœur bat fortement et rapidement. Si on peut les persuader d'attribuer ces battements cardiaques à un stimulus extrinsèque (drogue ou bruit), elles cessent de se sentir intimidées lors de la même rencontre sociale[26]. Cette perspective s'appuie sur les conceptions les plus récentes du fonctionnement du cerveau[27]. En conclusion, l'explication et la compréhension sont liées. Elles servent à rassurer et à

24. *Comment on écrit l'histoire*, Paris, Seuil, 1971.

25. Dans la présente revue, Jacques Py et Alain Somat présentent certaines de ces recherches. Voir aussi les ouvrages de Jean-Léon Beauvois, de Jacques-Philippe Leyens, de Richard Nisbett et Lee Ross, mentionnés plus haut.

26. Carin Rubenstein, «Faking shy women out of shyness» in *Psychology Today*, vol. 13, n° 10, mars 1980, p. 19, 20, 22.

27. Philippe Thiriart, «Le cerveau et la croyance nécessaire» dans *La petite revue de philosophie*, vol. 8, n° 2, printemps 1987, p. 69-90.

établir un statut psycho-social[28]. Ensemble, elles se distinguent de la description, de la prédiction et de la maîtrise des événements.

L'explication de soi devient un jugement psycho-social

L'explication est plus humaine que scientifique. Comme nous vivons en représentation psycho-sociale, il importe que nous puissions expliquer, justifier ou légitimer nos réactions. Ainsi, au moyen de l'explication, chacun négocie l'image qu'il se fait de lui-même et l'opinion d'autrui à son égard. Le psychologue Jean-Léon Beauvois avance que lorsque nous parlons en psychologue intuitif, nous parlons en fait en avocat intuitif, avocat tantôt de l'accusation, tantôt de la défense[29]. En littérature, cette conception a déjà été exprimée par Albert Camus dans *La chute*, par Franz Kafka dans *Le procès* et par Arthur Koestler dans *Le zéro et l'infini*. La connaissance de soi mène au jugement de soi. Comme ce jugement est sans cesse en évolution, il nous est difficile de faire la différence entre des affirmations fausses et des affirmations vraies à propos de notre personnalité. Ce fait fut notamment vérifié avec des collégiens québécois[30]. Vouloir se connaître, c'est le plus souvent vouloir savoir quoi penser de soi.

Il ne s'agit donc plus de connaissance authentique de soi, mais d'évaluation de soi. Et le juge peut être autrui ou soi-même. Mark Snyder distingue deux types de personnes : les socio-régulateurs (*high self-monitors*) sont en représentation par rapport à autrui. Ils se demandent :

28. Philippe Thiriart, «Les fausses sciences» dans *Québec Science*, vol. 26, nº 4, décembre 1987, p. 11.

29. *Op. cit.*, p. 33.

30. Philippe Thiriart, «L'acceptation des résultats à un test de personnalité» dans *Tirés à part*, vol. 9, 1988, p. 66-69.

«Quelle personne cette situation me demande-t-elle d'être et comment puis-je agir pour être cette personne?» Souvent, les leaders sont des socio-régulateurs. Les psycho-régulateurs (*low self-monitors*) sont en représentation par rapport à eux-mêmes. Ils se demandent : «Qui suis-je et comment pourrais-je être moi dans cette situation?» Les psycho-régulateurs cherchent à maintenir une cohérence entre qui ils pensent être et ce qu'ils essaient de faire[31]. La personne qui vise l'authenticité, serait ainsi en représentation vis-à-vis d'elle-même.

De l'explication causale, on glisse à l'attribution de la responsabilité : suis-je responsable de ce que j'ai fait ou pas fait? Pouvais-je faire autrement et autre chose que ce que j'ai fait? Les causes de ma conduite sont-elles ou non soumises à mon contrôle? Si oui, je suis responsable. Aussi quand on me dit «Connais-toi toi-même», on me demande d'assumer la responsabilité de mes actions et, si possible, de les expliquer de manière interne et contrôlable. Et selon que mes actions responsables seront jugées positives ou négatives, je serai récompensé ou puni; plus encore, je me récompenserai ou je me punirai moi-même.

* * *

En conclusion, il s'agit que chacun ait l'impression de recevoir ce qu'il mérite afin que le contrat (psycho-)social soit préservé. Le besoin de justice est suffisamment fort pour que «les gens qui font l'expérience d'événements négatifs [purement accidentels] dans leur vie semblent préférer se blâmer plutôt que d'attribuer de tels événe-

31. Mark Snyder, «The many me's of the self-monitor» in *Psychology Today*, vol. 13, nº 10, mars 1980, p. 32-34, 36, 39, 40, 92; Id., *Public appearances, private realities : the psychology of self-monitoring*, New York, W.H. Freeman & Co., 1987, 266 p.

ments à des facteurs faisant intervenir la chance[32]». Les gens se blâment eux-mêmes lorsqu'ils ne peuvent pas blâmer quelqu'un d'autre. L'important est qu'il y ait quelqu'un de responsable.

En pratique, la connaissance de soi ne s'oppose pas à la société. Au contraire, elle intègre l'individu à une société qui valorise la responsabilité individuelle : «L'attribution de responsabilité aux personnes, reste la voie naturelle qui conduit à une certaine fiabilité sociale, [parce que] la personne reste le seul élément du déterminisme d'une conduite sur lequel on peut agir par simple renforcement[33].» Dans cette perspective socio-cognitive, le «Connais-toi toi-même» devient : «Sois sage; sois responsable; juge-toi avec les critères que nous utilisons pour te juger[34].»

Philippe Thiriart
Professeur au département de psychologie
du CEGEP Édouard-Montpetit

32. Jean-Léon Beauvois, *op. cit.*, p. 101.

33. *Ibid.*, p. 122-134.

34. Ce point de vue socio-cognitif est développé dans un article de la présente revue : «La connaissance de soi : Être ou Valoir».

La connaissance de soi : Être ou Valoir

Jacques Py et Alain Somat

Si l'homme a une motivation intellectuelle fondamentale, c'est sans doute celle de se connaître mieux et de mieux comprendre le monde. La psychologie sociale analyse cette démarche comme la recherche d'un contrôle sur l'environnement. Pour cette discipline, l'individu ne possède pas une connaissance vraie de lui-même, ni d'autrui, mais il développe une stratégie qui lui permet de relier des effets perçus à des causes supposées. Cela ne l'autorise pas, bien sûr, en droit, à en déduire des lois universelles, mais il peut ainsi accéder, à minima, à une «connaissance» qui lui permet d'expliquer des conduites. Chacun déduirait ainsi ce qu'il est de l'observation de ses comportements.

Notre postulat est cependant que l'on cherche plutôt à inférer ce que l'on vaut que ce que l'on est, et qu'une norme nous y aide[1]. La notion de sentiment de responsabilité rendrait assez bien compte de cette norme.

1. Par norme, nous entendons, comme la plupart des psychologues sociaux, une régularité de jugement ou de comportement transindividuelle.

I. A-t-on besoin d'avoir accès à notre ressenti intérieur pour déduire ce que l'on est de l'observation de notre comportement?

La plupart des gens pensent se connaître assez bien. Si l'homme du quotidien ne se connaît pas parfaitement, c'est sans aucun doute parce qu'il n'a pas autant de temps que le philosophe pour s'adonner aux plaisirs de l'introspection. Pourtant, il nous arrive, après le pousse-café et avant la sieste digestive, de regarder en nous et de nous interroger sur la réalité et l'authenticité de nos sentiments pour telle ou telle amie. En règle générale, celle-ci trouve rapidement le moyen de nous convaincre que c'est là une démarche futile.

La psychologie sociale expérimentale nous invite à nous demander de quelle façon nous pouvons expliquer nos conduites. Chacun part donc de son comportement effectif dont il cherche à rendre compte. À ce propos, certains de nos collègues ont tendance à croire que les théories que mobilisent les gens pour expliquer ce qu'ils font ne sont pas toujours des plus valides. Ils évoquent alors une expérience de R.E. Nisbett et N. Bellows[2] dans laquelle les sujets devaient évaluer une postulante à un emploi, en portant des jugements sur certaines de ses aptitudes. Le contenu du dossier de candidature était manipulé de telle sorte que l'on puisse savoir comment telle ou telle information allait influencer tel ou tel jugement. Des observateurs — c'est-à-dire des sujets n'ayant pas à émettre eux-mêmes de jugements — devaient, par ailleurs, estimer le poids de chaque information (aspect attrayant, études brillantes, a renversé une tasse de café sur l'interviewer...)

2. Voir «Verbal reports about causal influence on social judgments : private access versus public theories» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 1977, p. 613-624.

sur le jugement des sujets. De plus, on demandait aux sujets eux-mêmes de quantifier la part de chaque information dans leur propre jugement. Les résultats de cette expérience montrent clairement qu'il n'y a pas de lien entre la manière dont les gens expriment ce qui les a influencés et ce qui les a réellement influencés[3]. Dit d'une autre façon, les arguments donnés par les sujets comme explicatifs de leur jugement n'ont pas de rapport avec les variables qui ont réellement pesé dans leur évaluation. On n'a donc pas accès aux processus internes qui déterminent notre jugement, ce qui n'empêche en rien d'adopter une théorie explicative. Ce jugement «introspectif» est en revanche tout à fait similaire à l'opinion des observateurs à propos des informations susceptibles d'influencer l'évaluation des sujets. Il existe donc une théorie publique — une sorte de bon sens général quoique implicite — qui permet de mettre en relation des causes et des effets; que cette relation ne soit pas, dans le cas présent, une explication réelle du jugement n'interdit pourtant pas qu'elle ait des conséquences.

Ainsi, N.D. Storms et R.E. Nisbett[4] donnèrent un placebo à des insomniaques. À la moitié d'entre eux, ils le présentaient comme un calmant. À l'autre moitié, ils déclaraient qu'il s'agissait d'un excitant dont on avait empiriquement et paradoxalement apprécié les vertus sédatives. Les sujets du second groupe dormaient mieux que ceux du premier car ils avaient la possibilité d'attribuer l'état anxieux au médicament. En effet, si je peux attribuer mon anxiété à un produit chimique, elle m'empêchera moins de dormir.

3. Cette expérience, à elle seule, montre l'intérêt de la méthode expérimentale en psychologie.

4. Voir «Insomnia and the attribution process» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 1970, p. 319-328.

Il apparaît donc que ce n'est pas seulement à partir d'une connaissance directe de nos processus internes (états mentaux, neuro-végétatifs,...) que nous pouvons trouver des causes à nos sentiments, attitudes, sensations... Mais l'émotion ressentie correspond-t-elle à un état interne réel? Ne pourrait-elle pas être inférée à partir de certains indices matériels? Ce n'est pas sûr : S. Valins[5] installait ses sujets masculins dans un dispositif sophistiqué et trompeur : on plaçait sur chacun d'entre eux des électrodes reliées à un soi-disant amplificateur censé reproduire les battements cardiaques. Des photos érotiques leur étaient présentées et les pseudo-battements s'accéléraient lors de l'exposition à leur regard de certaines photos choisies au hasard. Quand il leur était par la suite demandé de juger du caractère attrayant des photos, les sujets choisissaient préférentiellement celles qui correspondaient à des battements rapides fictifs. L'on voit qu'une émotion particulière a été inférée en l'absence d'un état interne adéquat. Il n'est donc pas besoin d'accéder à ce qui se passe à l'intérieur de soi pour avoir le sentiment de savoir ce qu'on éprouve et, a fortiori, de se connaître[6].

5. «Cognitive effects of false heart-rate feedback» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 1966, p. 400-408.

6. On pourrait arguer qu'en l'absence de tels indices artéfactuels, l'individu n'a pas besoin d'inférer son émotion puisqu'il «ressent» son état interne. L'expérience évoquée montre qu'il est possible que cet état interne soit lui-même à la base d'inférences et ne soit pas seulement l'objet d'un ressenti. D'ailleurs, dans la vie ordinaire, de tels indices artéfactuels sont aussi nombreux qu'en situation expérimentale. Ils sont simplement moins contrôlés.

II. La connaissance de soi à partir de ses comportements

1) Inférer ce que l'on est

L'individu est en quête constante d'un sentiment de maîtrise des événements. Il lui faut pour cela se connaître afin de mieux se contrôler et de contrôler tout ou partie de son environnement. Puisqu'on ne dispose pas d'un accès direct à ce que l'on est, il nous faut inférer cette information à partir de ce qui semble le plus représentatif de notre personne : notre comportement. Les indices internes (sensoriels et mentaux) sont le plus souvent ambigus, et donc ininterprétables à moins d'y associer les informations provenant de la situation dans laquelle le comportement s'est produit. C'est l'objet de la célèbre théorie de l'autoperception de D.J. Bem[7] : si la fille de mon voisin sait qu'elle est contente ce matin, ce n'est ni parce qu'elle a volontairement stimulé ses récepteurs post-synaptiques de la bonne humeur, ni parce qu'elle a découvert quelque vérité existentielle, mais plutôt parce qu'elle sait que c'est aujourd'hui son anniversaire. Elle a appris depuis longtemps que ce jour apporte son lot de renforcements positifs, et qu'on est donc heureux en cette circonstance. On notera au passage que tout observateur aurait pu réaliser la même inférence : il saurait lui aussi que c'est parce qu'il s'agit de son anniversaire qu'elle est heureuse.

L'individu opère des déductions à partir de ses comportements réalisés dans tel contexte. Il va essayer de faire la part des choses, mesurant ce qui, dans sa conduite, peut être dû à sa propre personne, au stimulus, ou

7. Voir «Self-perception theory» in L. Berkowitz (dir.), *Advances in experimental social psychology*, New York, Academic Press, 1972.

aux circonstances[8]. De la personne, on va observer la consistance à travers le temps et les diverses occasions (ai-je réagi de façon similaire, mardi dernier, lorsque je me trouvais dans une situation comparable?). Du stimulus, on peut ressortir la distinctivité, c'est-à-dire le fait qu'il soit le seul à susciter ce comportement (Camus est-il le seul auteur susceptible de me stimuler intellectuellement? Ou Malraux y parviendrait-il également?). Le poids des circonstances apparaît du consensus, c'est-à-dire le fait que la plupart des gens se soient comportés de la même façon à cette occasion (Suis-je la seule personne à être sous le charme de ma voisine? Ou bien chacun y succombe-t-il?). Cette démarche peut sembler au lecteur des plus scientifiques. Qu'il se rassure : il a été montré par L. McArthur[9] que ces trois facteurs n'ont pas, dans l'esprit des gens, la même importance. La distinctivité du stimulus prend souvent une part prédominante, alors que le rôle du consensus est assez systématiquement négligé. Dès que le sujet a trouvé une cause probable à son comportement, par économie, il préfère s'en contenter plutôt que de pousser plus loin son investigation. L'un d'entre nous a donné récemment un bel exemple d'auto-attribution interne, lorsque offrant des fleurs à sa mère, il a vu la cause de ce comportement dans la propension qui le caractérise à faire plaisir aux autres.

En revanche, c'est d'auto-attribution externe dont il s'agit quand, l'autre jour, ce même chercheur a marché dans le bus sur les pieds d'une vieille dame sans pour autant présenter d'excuse. Il n'a pas manqué de déclencher à nouveau la «machine à inférer» des causes à ses

8. Voir H.H. Kelley, «Attribution theory in social psychology» in L. Levine (dir.), *Nebraska symposium on motivation*, Lincoln, University of Nebraska Press, 15, 1967, p. 192-238.

9. «The How and What of Why : some determinants and consequences of causal attribution» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 22, 1972, p. 171-193.

comportements : d'habitude lorsqu'il marche sur les pieds de quelqu'un ne se montre-t-il pas plus correct? Mais c'est vrai aussi que les gens piétinés sont généralement moins désagréables (la vieille dame, il faut le dire, a été particulièrement peu aimable)? N'a-t-il pas été la huitième personne à butter contre cet obstacle qui obstruait le passage de manière ostentatoire[10]? Il peut donc se trouver rassuré : il n'est pas quelqu'un qui piétine son prochain pour le plaisir. Son comportement n'est pas le fait de sa personne : il vaut donc mieux que l'acte réalisé dans un bus bondé. Sa conduite peut largement s'expliquer par des circonstances malheureuses.

Si l'on se connaît à travers l'interprétation que l'on fait de ses actes, la cause du comportement n'est donc pas systématiquement située du côté de la personne. Elle peut toujours être trouvée à l'extérieur. La célèbre étude de S. Milgram[11] peut ainsi être lue sous le jour de la recherche d'une causalité externe dans l'explication de sa conduite. Dans cette expérience, des gens normaux (vous et nous) étaient amenés à asséner des chocs électriques de 450 volts (fictifs, bien sûr, mais les sujets n'en savaient rien) à un «compère» de l'expérimentateur qui se tordait de douleur à chaque pseudo-décharge. Pour Milgram, l'individu qui entre dans un système d'autorité ne se sent plus responsable de ses actes. Il se voit plutôt comme l'agent exécutif de la volonté d'une figure de pouvoir : il s'agit là d'un «état agentique» par opposition à un «état autonome». Le sujet de cette expérience attribue ainsi son comportement de tortionnaire non pas à sa personne («ce n'est pas dans ma nature de faire ce que j'ai fait»), mais bien plutôt à

10. Le lecteur n'aura sans doute pas manqué de relever qu'il y a là un réel consensus.

11. *Obedience to authority : an experimental view*, New York, Harper, 1974; traduction française : *Soumission à l'autorité*, Paris, Calmann-Levy, 1974.

la situation («si j'ai fait cela, c'est parce qu'on m'a demandé de le faire»).

2) Inférer ce que l'on vaut

La personne qui se trouve en état agentique, soumise à l'autorité, ne se sent plus responsable des actes qu'elle commet. Est-ce à dire que sa conduite n'est en rien significative d'elle-même? Non, pour peu qu'elle ait eu le choix d'accepter ou de refuser d'obéir. En effet, si la personne ne peut s'attribuer le comportement de tortionnaire qu'elle a eu, elle doit justifier sa soumission. Alors, elle va voir sa conduite comme le fait de ses croyances à propos de la science, de la patrie, de la démocratie... Il semble que le sujet de Milgram puisse rationaliser son comportement non comme le reflet d'une personnalité cruelle, mais comme l'expression de ses convictions, voire de ses idéologies relatives au devoir, à la loyauté, à la discipline.

Deux façons donc de «donner du sens» à son comportement, assez souvent simultanées : en inférer ce que l'on est, en dériver ce que l'on croit. On s'intéressera ici à la première, mais la seconde — la rationalisation — devait être signalée[12].

Si l'on en croit les théories de l'attribution, les gens font des attributions internes et externes (selon qu'on souligne le poids de la personne, ou des circonstances, voire du stimulus dans l'explication d'une conduite). Ainsi, l'essentiel de la connaissance de soi s'opère par le moyen des auto-attributions à l'acteur propre. Lorsqu'il s'agit d'expliquer une conduite, les gens ont fortement tendance à négliger le poids causal de la situation pour privilégier celui qui revient à la personne. L. Ross considère cette propen-

12. Voir J.L. Beauvois et R. Joule, *Soumission et idéologies, psychosociologie de la rationalisation*, Paris, PUF, 1981.

sion comme une «erreur fondamentale d'attribution[13]». Il semble que l'on puisse en rendre compte par le modèle des «différences individuelles». Alors que l'auto-attribution ne permet qu'une connaissance ponctuelle (la cause de ce comportement est en moi, c'est ma personne qui est la cause de la conduite que je viens de tenir), le modèle des «différences individuelles» amène une généralisation de cette connaissance (je suis quelqu'un d'autoritaire, aussi je me reconnais à travers les situations, et ceci dans une différence d'avec les autres). Ainsi peut-il en ressortir une vision du monde dans laquelle les individus se différencient par des traits de personnalité. Une explication complémentaire à propos de l'erreur fondamentale peut être trouvée dans le concept de «naturalisation[14]» de l'utilité sociale d'une conduite en traits. En effet, un comportement se mesure en termes de valeur par rapport à l'environnement dans lequel il a été produit, de par le corrolaire de l'interaction sociale : les conduites sociales d'évaluation. Évaluer le comportement d'autrui, c'est attribuer une utilité à sa conduite, donc une valeur à sa personne sous la forme d'un trait de personnalité (j'arrive toujours à l'heure à mon travail. Je suis donc quelqu'un de ponctuel).

Pour les psychosociologues expérimentaux, l'individu n'a pas accès à son état interne, à sa «nature», cependant

13. «The intuitive psychologist and his shortcomings : distorsions in the attribution process» in L. Berkowitz (dir.), *Advances in experimental social psychology*, New York, Academic Press, 1977.

14. J.L. Beauvois («Problématique des conduites sociales d'évaluation» dans *Connexions* 19, 1976, p. 7-30) entend par «naturalisation» le processus par lequel l'individu va appréhender l'utilité d'une conduite sociale comme quelque chose de «naturel», un trait qui fait partie intégrante de la personne émettrice du comportement. La valeur de la conduite, qui est une contingence d'un environnement donné, sera perçue comme l'expression d'une dimension psychologique attachée à la personne. Autant dire que la variable «environnement» est ici niée, puisque l'aptitude suffit à expliquer le comportement émis.

cela ne l'empêche pas d'avoir le sentiment de se connaître grâce à des activités d'inférence. On infère ce que l'on est à partir de l'observation de son comportement dans un contexte donné. On infère ce que l'on vaut de par l'adaptation sociale à laquelle on parvient. Nous ne cacherons pas au lecteur que notre vision de l'agent social est quelque peu pessimiste, mais notre démarche vise justement à redonner du sens au concept de «liberté» et de «responsabilité individuelle». Ce que recherche l'individu n'est peut-être pas tant de se connaître que d'être socialement désirable. Être responsable, ce n'est pas assumer ses actes, c'est produire ce qu'il convient dans un environnement donné, et en endosser l'utilité sous forme de caractéristiques personnelles. Dans la vie quotidienne, une tâche primordiale est sans aucun doute de «se faire bien voir» pour passer pour «quelqu'un de bien», à ses propres yeux comme aux yeux d'autrui.

III. Le concept normatif du sentiment de responsabilité individuelle : la norme d'internalité

La norme d'internalité peut être définie comme la valorisation sociale des explications qui accentuent le poids de l'acteur comme facteur causal (explications internes). Cette norme intervient lorsqu'il s'agit d'expliquer ce que fait quelqu'un ou ce qui lui arrive[15]. Pour le problème qui nous occupe, elle correspond à la valorisation des explications dispositionnelles des comportements (évocation de traits, d'intentions...). Or, cette norme n'est pas uniformément répartie. Plusieurs recherches[16] attestent

15. Voir J.L. Beauvois et N. Dubois, «The norm of internality in the explanation of psychological events» in *European Journal of Social Psychology*, 18, 1988, p. 299-316.

16. Voir N. Dubois, *La psychologie du contrôle : les croyances internes et externes*, Vie Sociale, Grenoble, PUG, 1987.

qu'elle fait l'objet d'une distribution sociale effective : les classes sociales les plus favorisées choisissent les explications internes plus volontiers que ne le font les classes défavorisées. On peut se demander si l'internalité (choix des explications dispositionnelles) n'est pas une sorte de référence implicite qu'il est de bon ton d'exprimer lorsque l'on veut passer pour «quelqu'un de bien», l'externalité (choix des explications situationnelles) étant alors à éviter. C'est la question que se posaient J.M. Jellison et J. Green[17]. Ils ont ainsi montré que si l'on demandait à des étudiants de répondre à un questionnaire d'internalité/externalité pour donner la meilleure image de soi possible, une augmentation significative du score d'internalité était observée. De même, lorsqu'ils devaient répondre pour donner d'eux-mêmes une image très défavorable, une diminution significative du score d'internalité était observée. Il semble d'ailleurs que l'on soit effectivement mieux apprécié si l'on analyse les événements qui jalonnent la vie de façon interne[18]. J.L. Beauvois et F. Le Poultier[19], par exemple, demandaient à des assistantes sociales de faire un pronostic sur la réussite future d'individus divers connus par leurs réponses à de simples questionnaires d'internalité/externalité. Les pronostics les plus favorables étaient attribués aux personnes qui avaient produit les scores d'internalité les plus élevés.

Cette norme fait l'objet d'un apprentissage social, et tout particulièrement à l'école[20]. Le système scolaire apporte une forte contribution à son émergence. En effet,

17. Voir «A Self approach to the fundamental attribution error : the norm of internality» in *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 1981, p. 643-649.

18. Voir N. Dubois, *op. cit.*

19. «Norme d'internalité et pouvoir social en psychologie quotidienne» dans *Psychologie Française*, 31, 1986, p. 100-108.

20. Voir N. Dubois, *op. cit.*

l'instituteur n'a-t-il pas rempli le contrat qui lui était imparti (la réussite scolaire de l'enfant) le jour où ses élèves attribuent la cause d'avoir bien travaillé à l'effet d'avoir obtenu une bonne note, plutôt que d'attribuer cet effet à la chance ou à quelqu'autre événement externe?

La norme d'internalité participe à l'efficacité de la naturalisation des comportements sociaux dans un registre interne. L'individu interne va pouvoir prendre une certaine conscience de lui-même qui sera, en fait, le résultat d'une bonne réplication des comportements qu'il doit bien réaliser s'il souhaite passer pour quelqu'un de bien sous tout rapport. Si, dès le plus jeune âge, on arrive à inculquer à l'enfant l'idée qu'il faut réussir sa vie, et que pour la réussir il est nécessaire de travailler, et si son travail est suivi de renforcements, alors il pourra intérioriser le fait qu'il est travailleur, et ce faisant, naturaliser la valeur du travail sous forme de trait de personnalité. Nul doute qu'il aura une meilleure probabilité de réussite chaque fois qu'il entreprendra quelque chose. Rien n'empêche qu'à son tour, de par les facilités d'accès à un statut social valorisé pour les individus internes, il devienne un évaluateur digne de ce nom, et un bon transmetteur de la norme d'internalité[21].

Il peut sembler au lecteur que cette norme n'épuise pas entièrement le concept de responsabilité individuelle d'un acteur social. Nous en sommes nous-mêmes persuadés. Cependant, la norme d'internalité nous paraît bien souligner l'aspect socialement désirable de l'expression

21. Nous ne posons pas ici les problèmes d'efficacité sociale que soulève la notion de norme d'internalité : efficacité de l'acteur (l'internalité prédispose-t-elle à la réussite?), efficacité du fonctionnement social (l'internalité est-elle la garantie d'un fonctionnement considéré comme juste?). Nous manquons d'ailleurs de données pour traiter efficacement de tels problèmes, qui ne manquent pourtant pas d'intérêt.

du sentiment de responsabilité, et l'intériorisation de ce concept dans un registre personnologique (sous forme de traits relativement stables). La connaissance de soi ne saurait donc échapper, de notre point de vue, à une détermination sociale de sa forme (le modèle des «différences individuelles») et de ses contenus (les traits de personnalité) : l'individu se connaît à travers les valeurs ou utilités sociales qu'il a appris à internaliser. Si le concept de personnalité a un sens, c'est sans doute à travers la construction sociale de l'individu qu'il peut émerger.

* * *

Se connaître mieux, voilà qui fait plaisir à l'honnête homme, mais à condition que cette connaissance réponde à un modèle. On peut se prendre pour quelqu'un de bien quand on est capable d'expliquer ce qui arrive dans l'existence et ce que l'on y fait de façon interne. En effet, on ressemble alors aux hommes plutôt qu'aux femmes, aux cadres plutôt qu'aux exécutants, aux bons élèves plutôt qu'aux mauvais... c'est-à-dire à tous ceux qui apparaissent comme des gens biens et qui sont systématiquement plus internes que les autres. On est vu alors comme un individu responsable qui souligne le poids causal de l'acteur dans l'explication des événements psychologiques. D'un point de vue normatif, la «connaissance» de soi devient donc une valeur : à dire ce que l'on est, donc à laisser entendre ce que l'on vaut, on finit toujours par se montrer sous un aspect socialement désirable. Quelqu'un qui se connaît, c'est bien.

Jacques Py
Alain Somat
Équipe de Recherches SOcio-Cognitives (E.R.S.O.C.)
Université des sciences sociales — Grenoble

Lectures recommandées

BEAUVOIS, J.L. *La Psychologie quotidienne*, Paris, PUF, 1984.

BEAUVOIS, J.L., JOULE, R. et MONTEIL, J.M. *Perspectives cognitives et conduites sociales*, Cousset, DelVal, 1987.

DESCHAMPS, J.C. et CLÉMENCE, A. *L'Explication quotidienne. Perspectives psychosociologiques*. Cousset, DelVal, 1987.

DOISE, W., DESCHAMPS, J.C. et MUGNY, G. *Psychologie sociale expérimentale*, Paris, Armand Colin, 1978.

DUBOIS, N. «Aspect normatif versus cognitif de l'évolution de l'enfant vers la norme d'internalité» dans *Psychologie Française*, 31, 1986, p. 109-114.

JOULE, R.V. et BEAUVOIS, J.L. «Prédiction et explication d'un comportement de soumission» dans *Psychologie Française*, 31, 1986, p. 149-155.

Les fondements de la connaissance de soi du point de vue béhavioriste

Esteve Freixa i Baqué

La connaissance de soi est un sujet presque aussi ancien que l'humanité et, en tout cas, extrêmement présent déjà dans la civilisation grecque. Le célèbre «connais-toi toi-même» inscrit au fronton du temple de Delphes est arrivé jusqu'à nos jours comme un précepte de profonde sagesse.

Il n'est pas trop hasardeux d'affirmer que le but des toutes premières psychologies (ce qu'on pourrait appeler les «protopsychologies» et qui sont, en fait, des philosophies) était d'essayer de remplir cette mission, et il paraît alors logique que l'introspection, comme méthode de travail, ait joui d'une popularité et d'une légitimité sans conteste. Même autour de 1860, ce qui a été considéré (à tort) comme le début de la psychologie scientifique, c'est-à-dire la psychophysique, n'était qu'une tentative d'objectiver les sensations, autrement dit, un moyen d'améliorer l'introspection. Et certaines protopsychologies non encore tombées en désuétude (comme la psychanalyse, par exemple) continuent de privilégier cette méthode malgré toutes les critiques qui lui ont été adressées, notamment sur son caractère subjectif.

Il fallut donc attendre le vrai début de la psychologie scientifique, c'est-à-dire, l'émergence du béhaviorisme,

pour reconsidérer le problème en partant du nouveau point de vue imposé par la définition de la psychologie non plus comme l'étude des sensations mais comme l'étude des comportements. Le «soi-même» de la maxime n'était plus le «soi-même interne», subjectif parce qu'inaccessible à autrui, mais le «soi-même externe», objectif parce que public. Nous allons donc commencer par examiner ce que recouvre l'expression «soi-même», et nous aborderons dans un deuxième temps les problèmes posés par le mot «connaissance».

1. Soi-même

1.1. *De l'explication pré-scientifique à l'explication scientifique*

À l'aube de l'humanité, les connaissances explicatives sur les phénomènes naturels étaient quasiment nulles, et se trouvaient remplacées par des explications mythico-religieuses (la foudre est un javelot lancé par les dieux, la peste une punition divine, etc.). L'observation systématique et l'empirisme commencèrent à générer un certain nombre de connaissances pratiques (comment allumer et maîtriser le feu, la façon de réussir certains alliages de métaux, l'art de polir des verres pour en faire des lunettes, etc.) bien avant que la chimie ou l'optique n'en fournissent les lois, c'est-à-dire, les vraies raisons. Et souvent, les explications fournies par la science contredisent celles forgées par «la sagesse populaire» et obligent les gens à changer leurs conceptions des choses. Ces changements ne vont pas sans d'énormes résistances, dans la mesure où les explications mythiques précédentes étaient vieilles de plusieurs siècles et semblaient donc définitives. Qui plus est, elles faisaient partie de la culture dans laquelle les individus — soumis tout d'un coup aux nouvelles explications — avaient été élevés, et, souvent, ces explications correspondaient à ce que le «bon sens» montrait : que la

terre est plate, que le soleil, lui, tourne autour, etc. (À propos, une enquête relativement récente montre que presque 25% de la population française croit encore, malgré tout, que c'est le soleil qui tourne autour de la terre et non le contraire !)

Parfois, l'explication pré-scientifique des phénomènes de la nature générait des concepts explicatifs, des entités, des corps ou objets tout simplement inexistants (tel le phlogistique des alchimistes) qui n'étaient avancés que pour masquer l'ignorance dans laquelle l'humanité se trouvait, mais qui finissaient par devenir des réalités indiscutables, des dogmes intouchables auxquels se heurtaient les explications scientifiques naissantes. En anticipant un peu sur ce qui va suivre, on peut affirmer que la majorité des concepts explicatifs de la psychologie traditionnelle relèvent de cette catégorie, mais nous y reviendrons.

Dépouillés petit à petit par la science de toutes leurs possessions (le monde physique d'abord, puis le vivant, le corps humain enfin), les mythes et les doctrines pré-scientifiques se retranchèrent dans leur dernier bastion, l'inexpugnable donjon du «mental», domaine réputé inviolable, inaccessible à la méthode expérimentale, abordable seulement par l'introspection.

On comprendra sans doute mieux à présent l'importance de la révolution béhavioriste et la vigueur des résistances qu'elle doit vaincre. En effet, jusqu'alors, à chaque fois que les explications mythiques reculaient, il leur restait des positions de repli où elles pouvaient survivre; le combat était long (parfois plusieurs siècles), mais la défaite n'était jamais totale, puisqu'elles pouvaient se réfugier dans d'autres domaines, de plus en plus difficiles (parce que plus complexes) à aborder par la science. Mais nous assistons aujourd'hui au dernier combat, et si le monde du mental, de la psyché, de l'esprit, peut être abordé par la science grâce à l'analyse expérimentale des

comportements, alors il ne reste plus un seul domaine où les philosophies idéalistes puissent se réfugier. Elles se battent donc le dos au mur et un nouveau recul serait fatalement le dernier et définitif.

Cette situation désespérée explique en partie les réticences, peut-être plus fortes encore que par le passé, à adopter une nouvelle vision des choses, d'autant plus que le béhaviorisme moderne n'a que cinquante ans d'existence, ce qui est véritablement peu lorsqu'on la compare à plus de vingt siècles de conceptions mentalistes. Qui plus est, les explications mythiques sont souvent plus poétiques, séduisantes et, surtout, valorisantes pour l'espèce humaine que les explications matérialistes que la science propose. En effet, il est plus valorisant de penser que la terre est le centre de l'univers, que l'humanité est la reine de la création et que notre personnalité commande nos actes plutôt que d'admettre que la terre n'est qu'une vulgaire planète du système solaire (lui-même n'étant qu'une partie infinitésimale de l'univers), que nos proches ancêtres étaient des singes et que nos comportements dépendent de leurs conséquences plus que de notre volonté.

Déjà, lorsque Newton proposa sa théorie de la lumière et des couleurs en termes de longueurs d'ondes suite à la décomposition du faisceau lumineux par un prisme, le grand poète Gœthe publia une diatribe contre cette science qui enlevait toute poésie aux phénomènes qu'elle étudiait, en se plaignant, notamment, du fait que, désormais, un couple d'amoureux ne pourrait plus s'extasier devant un arc-en-ciel, aussi mirifique qu'il fût, sous prétexte qu'il saurait que ce ne sont que des vulgaires longeurs d'ondes. Comme si la connaissance d'un phénomène pouvait lui enlever sa beauté ! La seule chose que l'on ait enlevé est l'ignorance de l'humanité face à ce phénomène, et il faut plaider l'obscurantisme le plus rétrograde pour s'en plaindre. En revanche, avec une connais-

sance plus exacte de la nature de la lumière, non seulement on peut continuer à s'extasier devant un merveilleux arc-en-ciel, mais on peut aussi produire un rayon laser, chose tout à fait inimaginable en dehors de cette connaissance. (Le lecteur soucieux d'approfondir les aspects historiques de la science peut consulter, entre autres, les excellents ouvrages de Hull et de Kuhn, que nous citons dans notre bibliographie.)

1.2 *Le béhaviorisme et la connaissance de soi*

Mais revenons au béhaviorisme. Malheureusement, il n'est pas possible ici de faire le cours entier qu'il faudrait pour en exposer les détails, justifier les positions, démontrer les principes, expliquer les tenants et les aboutissants, etc. On trouvera à la fin de cet article une bibliographie recommandée. Il est donc fort possible que le lecteur, lui-même élevé dans une culture qui n'a pas encore, loin s'en faut, intégré la vision béhavioriste du comportement, et qui a hérité de toute la panoplie traditionnelle de concepts explicatifs de la conduite humaine, ne soit pas du tout convaincu par le détour historique précédent de la justesse de l'affirmation «se connaître soi-même c'est connaître ses comportements et les circonstances qui les produisent». Et pourtant, c'est dans l'environnement — et non dans un être interne qui nous habiterait et nous gouvernerait, comme le veut le dualisme corps/âme, corps/esprit, comportement/personnalité, etc. — que se trouve la clé de nos comportements.

En effet, de la même façon que, au niveau de la phylogenèse, le milieu a sélectionné les espèces les plus adaptées, soumettant les autres à un procès d'extinction, l'environnement sélectionne aussi, au niveau de l'individu, les comportements les plus adaptés. Se connaître soi-même implique donc une connaissance des circonstances qui précèdent nos comportements et des circonstances qui

les suivent, le comportement étant, en quelque sorte, la résultante de tout cela. Et, dans la mesure où l'environnement est quelque chose d'externe, d'observable, n'importe qui peut l'étudier et connaître ainsi le comportement d'autrui. Souvent on reconnaît que, quelqu'un qui nous est proche, finit par nous connaître mieux que nous-mêmes (alors que, par définition, il ne peut pas accéder à notre introspection), puisqu'il a pu nous observer longuement sans être influencé par la subjectivité qui déforme souvent notre propre vision de nous-mêmes. Ainsi, l'accès à notre «monde interne» peut s'avérer une source de distorsion plutôt qu'un avantage lorsqu'il s'agit de bien décrire les circonstances qui entourent et gouvernent notre comportement. Et si, malgré cela, nous avons souvent l'impression que nous nous connaissons tout de même assez bien, c'est sans doute parce que nous avons, non le privilège de nous introspecter, mais le privilège d'observer nos comportements et ses circonstances bien plus souvent que les autres personnes, et dans des situations où nul autre ne nous observe.

1.2.1. *Le statut épistémologique du «monde interne»*

Mais le statut de ce que nous avons appelé, entre guillemets justement, «monde interne», est l'un des points capitaux de l'explication béhavioriste. En effet, tout et chacun a une expérience indiscutable de l'existence de la pensée, des sentiments, des désirs, etc., et le béhaviorisme ne les a jamais niés; il les a simplement mieux expliqués que les doctrines mentalistes traditionnelles et, surtout, en a redéfini le statut, les faisant «tomber» du piédestal des *causes* pour les transformer en simples *effets* (ou sub-effets, plus exactement), ce qui, encore une fois, inflige une blessure douloureuse au narcissisme de l'humanité qui se voit à nouveau dépouillée d'une de ces flatteuses visions d'elle-même dont elle s'était dotée au cours des siècles.

Voyons cela d'un peu plus près à l'aide d'un exemple : lorsque nous commençons à apprendre une langue étrangère, nous pensons en notre propre langue et nous traduisons ensuite en la langue en question; mais lorsque nous la maîtrisons parfaitement bien et que nous sommes insérés dans un pays qui la parle tout le temps, nous obligeant à l'employer sans cesse, nous finissons par penser en la langue étrangère. Il est évident dans ce cas que les modifications «internes» (la pensée) sont la conséquence, le «sub-effet» de modifications externes (la parole), et non le contraire. Nous finissons par penser en une autre langue à force de l'entendre (l'environnement) et de la parler (le comportement), et personne n'osera prétendre que si nous avons enfin réussi à parler une autre langue c'est parce que nous avions appris à penser en cette autre langue, car penser en une autre langue est le stade ultime, l'accomplissement de l'apprentissage d'une langue. On voit bien ici que ce qui a le statut de cause est le comportement (parler) et ce qui a le statut de conséquence est un élément du «monde interne» (la pensée), alors que les doctrines idéalistes et mentalistes prétendent le contraire. D'ailleurs, dans l'analyse expérimentale du comportement, la pensée est considérée comme du comportement verbal occulte (ou privé) et non comme un phénomène de l'esprit.

Cet exemple peut donc nous aider à comprendre le statut réel de ces variables internes et comment elles sont générées par le comportement et non le contraire. Ainsi, pour bien se connaître soi-même, il vaut mieux ne pas se tromper de cible et s'intéresser à ce qui fait que nous soyons ce que nous sommes, c'est-à-dire nos comportements, plutôt qu'aux sub-effets qu'ils produisent, même si notre éducation, reflet de la culture mentaliste dans laquelle nous vivons encore, nous porte à l'attitude inverse.

Et pour terminer cette partie nous aimerions prendre un autre exemple, peut-être plus important, pour montrer à

quel point la connaissance du monde en général et la connaissance de soi-même ne sont pas deux choses différentes mais deux choses relevant du même mécanisme : le façonnage par le milieu.

1.2.2. *Comment apprenons-nous à décrire nos «états internes»?*

Un enfant qui apprend à connaître les objets qui l'entourent, commence par les désigner par des mots, les mots qu'il a entendu prononcer en présence de ces objets. Ainsi, s'il voit une pomme, il va dire «pomme», et son entourage va le féliciter pour cette réussite dans la mesure où la pomme est un objet externe, public, qu'aussi bien l'enfant que ses parents peuvent voir, ce qui permet à ceux-ci de vérifier la correspondance entre l'objet désigné et le mot employé; si l'enfant avait dit «poire» en présence d'une pomme, son entourage l'aurait corrigé en lui disant «non, ceci n'est pas une poire mais une pomme», et ceci jusqu'à ce qu'il apprenne à distinguer les poires des pommes. Mais imaginons maintenant que l'enfant a mal au ventre, et que ses parents, ou le médecin, lui demandent de préciser s'il s'agit d'une douleur «sourde» ou d'une douleur «aiguë», l'enfant pourra difficilement transposer ces termes (qui, pour désigner des douleurs, sont d'ordre strictement métaphorique) à la sensation douloureuse qu'il éprouve, et, soit il dira «je ne sais pas, j'ai mal», soit il choisira au hasard l'un des termes que l'on lui propose, sans que son entourage puisse vérifier qu'il a choisi le bon, puisqu'il n'y a que l'enfant qui ressente la douleur en ce moment-là. Il se peut donc qu'il appelle «sourde» une douleur «aiguë» et vice-versa. Le caractère privé, non public, de la sensation de douleur empêche la communauté linguistique de corriger les erreurs que l'enfant peut commettre au moment de dénommer sa sensation, créant ainsi des sens différents pour un même mot ou des mots différents pour une même sensation.

C'est ainsi qu'on voit rarement quelqu'un demander à son interlocuteur : «Mais qu'entends-tu exactement par pomme?», alors qu'il arrive souvent qu'on soit à demander ce que des mots comme «douleur aiguë», «angoisse», «anxiété», etc. recouvrent exactement pour celui qui nous parle. Pire, si on ne le demande pas c'est parce que nous supposons que ces mots sont aussi univoques que «pomme», «chaise» ou «rouge», et qu'ils signifient donc les mêmes choses pour tous, alors que nous venons de voir qu'il est impossible de s'assurer qu'un individu donné utilise cette catégorie de termes à bon escient. Il en résulte une réelle difficulté de communication, qui peut nous faire discuter pendant des heures de «l'angoisse» sans nous apercevoir que nous parlons de choses assez différentes pour chacun d'entre nous. Ceci explique également que souvent nous ayons du mal à traduire par des mots des sensations internes, d'où des expressions telles que : «Je le ressens très fort mais je ne saurais pas te l'expliquer», «ce que je ressens ne peut pas s'exprimer par des mots», «il n'y a pas de mots pour exprimer cela», etc. (expressions qui contribuent à augmenter le caractère hégémonique, primordial, essentiel, etc. des sensations internes, du «monde interne» que nous imaginons être la cause de nos comportements, alors qu'elles ne traduisent que la difficulté de la communauté linguistique à assurer la correspondance entre un mot et ce qu'il désigne lorsqu'il s'agit de phénomènes privés).

Cet exemple suggère donc que le processus de connaissance de l'intérieur de soi-même ne diffère de celui de la connaissance du monde externe que par un seul point : il est beaucoup moins fiable et forcément subjectif. Ce qui contribue à mettre en question encore une fois l'introspection et à comprendre pourquoi le comportement, élément public et objectif, doit constituer l'objet de la connaissance de soi.

2. Connaître

Nous avions annoncé au début de ce travail que nous aborderions le problème qui nous occupe en deux parties : que faut-il entendre par «soi-même» et que faut-il entendre par «connaître». Jusqu'ici nous avons essayé de répondre à la première question, bien que étant conscient que ces quelques pages ne suffiront pas à changer d'un coup des «mentalités» habituées depuis toujours à envisager les choses autrement; puissent-elles être au moins un élément de réflexion et de discussion. Il nous reste donc maintenant à nous entretenir, de façon beaucoup plus succincte, de la deuxième interrogation.

Le lecteur qui a eu la bienveillance de nous suivre jusqu'ici peut se demander si les thèses que le béhaviorisme défend, et que nous avons essayé de résumer, ne s'effondrent d'elles-mêmes devant la simple existence d'activités mentales aussi primordiales que «connaître». La seule réponse que l'on puisse apporter à cette objection est que le problème est mal formulé du moment que l'on considère comme un fait incontestable que connaître est une activité mentale. Nous allons essayer de nous expliquer.

En principe, tout le monde est d'accord pour accepter que les substantifs désignent des objets, les adjectifs des qualités et les verbes des actions. Dans la phrase «je mange une pomme délicieuse», par exemple, «manger» est une action, «pomme» un objet et «délicieuse» un attribut de cet objet. Courir, sauter, regarder, etc. sont des actions, c'est-à-dire, des comportements. Pourquoi il en serait autrement pour certains verbes, comme penser ou connaître, par exemple? Nous avons évoqué plus haut le statut de comportement qu'il fallait attribuer à la pensée (comportement verbal occulte ou privé); il en est de même pour la connaissance : connaître est un comportement à part entière. Permettez-nous de justifier cette affirmation.

Imaginez un instant que vous êtes un instituteur (ou une institutrice) chargé(e) d'apprendre à des enfants les tables de multiplication. Au bout d'un certain temps d'apprentissage, d'exercices, etc., vous souhaitez savoir si vos élèves connaissent à présent leurs tables ou bien s'il faut continuer l'entraînement. Allez-vous vous contenter de leur demander : «Eh bien, est-ce que vous connaissez maintenant vos tables?» Autrement dit, allez-vous leur demander s'ils possèdent une activité mentale appelée «connaître ses tables»? Vraisemblablement non. Vous allez leur demander de les réciter, de les écrire, ou de résoudre des opérations nécessitant la connaissance des tables; autrement dit, vous allez leur demander d'émettre des comportements précis qui recouvrent l'expression «connaître ses tables». Et si, après avoir corrigé un élève qui s'est trompé un peu partout, il vous soutient fermement que c'est justement cela qu'il avait voulu dire, il est peu probable que vous admettiez qu'il connaît effectivement ses tables.

C'est un peu comme dans ce fameux sketch de Pierre Dac et Francis Blanche où un prétendu voyant extralucide joue à deviner des éléments de la vie des spectateurs; à un moment donné, son partenaire, qui évolue dans le public, s'arrête devant une personne, lui fait sortir sa carte d'identité, et, s'adressant au «voyant» qui est resté sur la scène, lui demande : «Pouvez-vous, grand maître, nous dire le numéro de la carte d'identité que j'ai dans ma main?». Le «voyant», après une «concentration» de quelques instants, répond : «Oui, je peux le dire» et son partenaire reprend : «Oui, messieurs dames, il peut le dire, il peut le dire !» et tout s'arrête là. Il est évident qu'il s'agit d'un gag, d'un bon gag même, dans la mesure où personne ne croit qu'il puisse le dire, car il ne l'a pas dit. Entre parenthèses, s'il l'avait dit, cela n'aurait pas plus prouvé qu'il était réellement un voyant extralucide, mais un artiste ayant mis au point avec son partenaire — qui, lui, voit le numéro de la

carte — un subtil code de communication lui permettant de transmettre le numéro sans que le public s'en aperçoive, réussissant ainsi un bon «tour de magie».

On pourrait opposer à cette démonstration que, si nous ne nous fions pas aux affirmations verbales du type «oui, je connais mes tables» ou «oui, il peut le faire», ce n'est pas parce que nous considérons que connaître est un comportement, mais tout simplement parce que nous doutons de la sincérité de celui qui nous répond. Ce dernier pourrait très bien dire qu'il connaît quelque chose alors qu'il ne la connaît pas. Dans cette optique, connaître serait bel et bien une activité intellectuelle, mentale, dont le comportement qui la traduit publiquement pour la prouver n'est qu'une conséquence (je donne la bonne réponse parce que je la connais, mais la connaissance est préalable à la réponse, en est sa cause et, donc, n'est pas la même chose que la réponse, simple témoin de celle-là). Telle est, en effet, la conception traditionnelle de la connaissance. Mais encore une fois on prend les effets pour les causes et inversement. Rappelons-nous de ce qui a été dit pour l'apprentissage d'une langue étrangère : c'est lorsque nous la parlons bien (comportement) que nous pensons en cette langue (activité «mentale»); de la même façon, c'est lorsque nous avons longuement émis un comportement (réciter, répéter) les tables (ne serait-ce que «pour soi», nous avons déjà vu que le comportement verbal occulte — pensée — ne diffère en rien du comportement verbal public sauf en son degré d'accessibilité à autrui) que nous pouvons le considérer comme «intériorisé», mais il n'est pas antérieur au comportement, il en est un sub-effet.

Ainsi, si nous demandons à nos élèves de nous dire combien font 5 fois 7 et non pas de nous affirmer qu'ils peuvent le dire, ce n'est pas seulement (mais aussi) parce qu'ils peuvent nous mentir mais, surtout, parce que connaître n'est rien d'autre qu'être capable d'émettre le comportement adéquat en présence de stimuli discriminatifs

donnés. Par exemple, il ne suffit pas de connaître le mot «Barcelone» (tout le monde ne le connaît pas), il faut aussi être capable de le prononcer lorsque l'on vous demande : «Quelle est la ville où se dérouleront les Jeux olympiques de 1992?», et non pas lorsque l'on vous demande : «Dans quelle ville se sont déroulés les Jeux olympiques de 1936?».

* * *

Se connaître soi-même est donc un comportement (connaître) émis en présence de nos comportements (soi-même) qui jouent alors le rôle de stimuli discriminatifs. Évidemment, cette affirmation est beaucoup moins valorisante que les discours avancés depuis des millénaires par théologiens, philosophes et moralistes. Mais elle s'avère beaucoup plus exacte et, surtout, efficace. Dans le temps, on croyait que le soleil tournait autour de la terre et que le cœur était l'organe des sentiments; dans le langage courant on dit encore : «Demain le soleil se lèvera à 6 h 33 et se couchera à 20 h 28» ou «Je t'aime de tout mon cœur», mais tout étudiant en géophysique sait que le soleil ne tourne pas autour de la terre, et personne ne s'inscrirait dans une faculté de médecine avec l'idée d'étudier comment l'amour siège dans le cœur. Espérons qu'un jour, pas trop lointain si possible, les étudiants de psychologie s'apprêteront à investiguer le comportement et les circonstances environnantes plutôt que les mythes dualistes traditionnels. Seulement alors cette science connaîtra le développement et le niveau d'efficacité acquis par la géophysique, la médecine et les autres disciplines scientifiques.

Esteve Freixa i Baqué
Groupement pour l'Analyse Expérimentale
du Comportement (GRANEC)
Université de Lille I

Lectures recommandées

BÉLANGER, Jean. «Images et réalités du béhaviorisme» dans *Philosophiques, 5*, 1978, p. 3-110.

BERTHIAUME, François. *Introduction au béhaviorisme*, Montréal, PUM, 1986.

DEMERS, Bernard. *Le béhaviorisme*, Montréal, Décarie, 1984.

GUILBERT, Philippe et DORNA, Alejandro. *Significations du comportementalisme*, Bordeaux, Privat, 1982.

HULL, Lewis W.H. *History and Philosophy of Science*, Londres, Longmans, 1959.

KUHN, Thomas S. *La structure des révolutions scientifiques*, Paris, Flammarion, 1983.

RICHELLE, Marc. *Le conditionnement opérant*, Neuchâtel, Delachaux & Niestlé, 1966.

_____. «Le béhaviorisme aujourd'hui» (I et II) in *Psychologia Belgica, 14*, 1974, p. 127-143 et p. 283-296.

_____. *B.F. Skinner ou le péril béhavioriste*, Bruxelles, Dessart, 1977.

SKINNER, Burrhus F. *Science and Human Behavior*, New York, McMillan, 1953.

_____. *L'analyse expérimentale du comportement*, Bruxelles, Dessart, 1971.

_____. *Au-delà la liberté et la dignité*, Paris, Laffont, 1976.

_____. *Pour une science du comportement: le béhaviorisme*, Neuchâtel, Delachaux & Niestlé, 1979.

_____. «Pourquoi je ne suis pas un psychologue cognitiviste» dans *L'Observation*, Neuchâtel, Delachaux & Niestlé, 1984.

THIRIART, Philippe. «La connaissance de soi d'un point de vue socio-cognitif» dans *La petite revue de philosophie*, vol. 10, nº 2, 1989.

Connaissance de soi et inconscient : vers un paradigme de complexité éco-systémique

Alain Lavallée

> Le lecteur trouvera peut-être comique que je parle de l'inconscient comme s'il était une personne. Loin de moi pourtant l'idée de vouloir accréditer le préjugé que je considère l'inconscient comme une entité personnelle. L'inconscient est un ensemble de processus naturels.
>
> C.G. Jung
> *Dialectique du moi et de l'inconscient*

Au printemps 1988, le Collège Édouard-Montpetit fut le lieu d'un événement d'importance, soit la présentation d'une pièce de théâtre* et d'un colloque sur le thème de la connaissance de soi. La pièce mettait en scène les principaux dieux grecs et faisait d'amples références à la psychanalyse freudienne, à la psychologie jungienne ainsi

* Il s'agit d'une pièce intitulée *Il est un autre monde* (qui met en situation deux quêtes de soi parallèles : celle de Socrate et celle de Kérouac) montée par Brigitte Purkhardt dans le cadre de la discipline Théâtre. Il existe une version-vidéo de cette performance, disponible à l'audiovidéothèque du Collège Édouard-Montpetit.

qu'à la psychologie archétypale (toutes ces écoles tendent à être associées au vocable de psychologie des profondeurs ou de psychologie de l'inconscient).

La présent texte poursuit deux objectifs. Premièrement, il tente de retracer comment on en est venu en psychologie à parler d'archétypes, comment, par exemple, on peut se servir des figures mythologiques que représentent Dionysos, Aphrodite, pour éclairer son propre comportement, ou celui des autres, et parvenir à une meilleure connaissance de soi.

Deuxièmement, il vise à montrer que la psychologie des profondeurs, principalement la psychologie jungienne, introduit une manière de penser qui questionne l'épistémologie classique et appelle à la construction d'un paradigme de complexité qui permettrait de concevoir les processus mentaux comme étant des processus naturels d'organisation.

PREMIÈRE PARTIE : CONNAISSANCE DE SOI ET PROCESSUS MENTAUX INCONSCIENTS

Dans le texte qui suit, nous allons nous intéresser principalement à la notion d'inconscient et à son développement. Nous montrerons que la psychologie des profondeurs peut nous aider à parvenir à une meilleure connaissance de soi en nous proposant des lectures de la psyché où interviennent des processus mentaux conscients et des processus mentaux inconscients. Toutefois nous n'aborderons pas directement l'aspect «pratique thérapeutique» relié à cette notion. Pour ceux que ce sujet intéresse, nous aimerions leur recommander la somme qu'a produite Henri F. Ellenberger[1].

1. *À la découverte de l'inconscient — Histoire de la psychiatrie dynamique*, France, Simep, 1974, 759 p.

I.A. Les processus mentaux inconscients avant les grandes synthèses

Les travaux de L.L. Whyte[2] retracent sur une période de deux siècles, soit de 1680 à 1880, la notion qu'avaient les philosophes et médecins de cette époque des processus mentaux inconscients. Plus d'une cinquantaine d'auteurs ont publié des écrits au cours de cette période présentant la notion d'inconscient (dès 1700 en Allemagne, un peu plus tard en Angleterre, et vers 1800 en France). Whyte montre à partir de ces écrits que cette notion était en voie d'élaboration vers 1700, «d'actualité» vers 1800 et «à la mode» dès 1870.

Un médecin allemand, C.G. Carus, écrivait en 1846 un livre sur la «psyché», dont la première phrase pouvait se lire ainsi : «La clé pour la compréhension de la vie consciente réside dans la région de l'inconscient[3].» Freud possédait d'ailleurs quelques écrits de celui-ci. Il y a même eu au XIXe siècle ce que nous appellerions aujourd'hui un succès de librairie. Le livre de E. Von Hartmann *The Philosophy of the Unconscious*, paru en 1868 en allemand, a connu neuf éditions successives entre 1868 et 1882, en plus d'être traduit en anglais et en français.

L'inconscient n'est donc pas une découverte du XXe siècle.

I.B. Structure et dynamique des processus mentaux inconscients : les premières grandes synthèses

Le terrain ayant été préparé de longue date, de multiples écrits et hypothèses ayant été élaborés depuis des décennies, dès le début du XXe siècle paraîtront les pre-

2. *The Unconscious before Freud*, Londres, J. Friedman, 1978, 219 p. (1ère édition en 1960).

3. Cité dans L.L. Whyte, *op. cit.*, p. 148-149. (Traduction d'Alain Lavallée.)

mières grandes synthèses théoriques[4] quant à la structure et à la dynamique des processus mentaux.

C'est ainsi que l'Autrichien Sigmund Freud développera une théorie analytique ainsi qu'une méthode thérapeutique, postulant l'existence d'un «inconscient personnel». Il suscitera un mouvement qui aura sa propre organisation, sa maison d'édition, une réglementation stricte. Ses théories et méthodes feront école sous le nom de psychanalyse.

Le Suisse Carl Gustav Jung adhèrera, dans un premier temps, aux idées de Freud. Puis après 1912, il élaborera ses propres théories quant à la structure de la «psyché». Il postulera entre autres l'existence d'un inconscient cient collectif (c'est-à-dire commun à l'espèce humaine), ce que Freud refusera et qui sera en partie responsable de la rupture entre les deux psychologues. Jung développera aussi sa propre méthode qui sera qualifiée à l'origine de psychologie complexe. Tout comme pour Freud, ses théories et sa méthode feront école.

1) *Connaissance de Soi et «inconscient personnel»*

— Théorie freudienne

Dans la vie de tous les jours, il y a des sentiments, des pulsions que nous réprimons, soit parce que cela déplairait à nos amis, ou à nos collègues de travail, ou à notre famille, ou à notre conjoint ou tout simplement «parce que cela ne se fait pas». Nous pouvons en venir ainsi à rétrécir notre champ de conscience ou, comme le dit Freud, à

4. On peut identifier au moins quatre de ces grandes synthèses, soit celle de Pierre Janet, celle d'Alfred Adler, celle de Sigmund Freud et celle de Carl G. Jung. Le présent texte ne fera référence qu'aux deux dernières, associées à la psychologie des profondeurs, ainsi qu'à la pièce de théâtre. Pour les deux autres, le livre d'Henri Ellenberger, déjà cité, en fait une présentation aux chapitres 6 et 8.

«refouler[5]» hors du champ de conscience des pulsions (agressivité), des sentiments non désirés (haine, jalousie, etc.).

Cette émotion, cette pulsion, ce souvenir désagréable (que le moi conscient se refuse) reste confiné dans l'inconscient de l'individu. Néanmoins il ne perd pas son potentiel dynamique. Cette émotion, ce désir refoulé va chercher à s'exprimer. Il risque de se manifester sous forme de lapsus, de trou de mémoire, de blagues tendancieuses[6], de rêves, d'angoisses et à la limite de névrose.

Pour la psychologie des profondeurs, il y a donc une «histoire de vie» inconsciente propre à chaque individu. Cette histoire de vie inconsciente est couramment appelée «un inconscient personnel». Nous pourrions le comparer à une mémoire où sont enregistrés, entre autres, blessures, cicatrices, refus, depuis le début de l'existence de l'individu. C'est ainsi que selon les relations que chacun a eues avec ses parents et autres personnes proches, certains sentiments ont pu être refoulés. Par exemple, pour certains, la jalousie a pu être réprimée alors que l'agressivité était permise. Pour un autre, tous les sentiments violents n'ont pas eu droit d'expression, ayant été élevé selon le modèle de «l'enfant-sage», de l'enfant qui doit être présentable, qui ne doit pas faire honte à sa famille, qui est «le porte-étendard de la réputation familiale» et qui ne doit donc pas faire ni ceci ni cela parce que ses proches le ressentiraient comme une atteinte personnelle.

5. Pour Freud, ce «mécanisme de refoulement» est inconscient et constitue un des mécanismes de défense du moi. Il a identifié chez ses patients une dizaine de ces mécanismes de défense du moi (le déplacement, la compensation, la projection, l'identification, la sublimation, etc.), lesquels constituent une véritable dynamique des processus mentaux inconscients.

6. Voir S. Freud, *Le mot d'esprit et ses rapports avec l'Inconscient*, Paris, Gallimard, coll. «Idées», 1969.

Alice Miller, psychanalyste freudienne, s'est penchée sur le problème de l'éducation donnée par les parents aux enfants. Elle a montré que trop souvent les parents contribuent à construire un «faux Soi» chez leur(s) enfant(s). C'est-à-dire qu'ils contribuent à sélectionner «ce qui est bien et ce qui est mal» d'après leurs normes à eux. Ces normes sont souvent inconscientes et viennent de leur propre enfance[7]. Par exemple, être content c'est bien, être triste ou être jaloux de son grand frère c'est mal, être en colère parce qu'on doit partager sa mère avec une sœur c'est mal. Toutes ces normes opèrent des sélections et des refoulements dans le psychisme de l'enfant. Ces enfants, trop souvent, peuvent devenir des adultes qui ne se connaîtront pas.

> Beaucoup d'êtres doués vivent sans avoir la moindre idée de leur vrai Soi, étant peut-être amoureux de leur faux Soi, bien adapté et idéalisé à moins qu'une dépression ne leur signale la perte de leur vrai Soi[8].

Pour Alice Miller, le fait que l'enfant n'ait pas accès à certains sentiments peut contribuer au développement d'un faux Soi présentable, d'une «personna...lité» présentable (à noter que «persona» chez les Grecs signifiait masque).

> Le vrai Soi ne peut alors se développer ni se différencier, car il ne peut être vécu. Il est dans un «état de non-communication», pour reprendre l'expression de Winnicott[9].

7. «... inconsciemment la tragédie de l'enfance des parents se poursuit dans leur relation avec leurs enfants (...). Voir *Le drame de l'enfant doué — À la recherche du vrai Soi*, Paris, PUF, 1986, p. 37.

8. Alice Miller, *op. cit.*, p. 10.

9. *Ibid.*, p. 24.

Pour qu'un enfant développe son vrai Soi, il faut qu'il puisse vivre consciemment ses sentiments et il ne peut le faire :

> *que lorsqu'il y a quelqu'un qui* le comprend, l'accompagne et *l'accepte avec ses sentiments*. S'il n'y a personne et si l'enfant doit prendre le risque de perdre l'amour de sa mère, ou de la personne qui la remplace, il ne peut vivre «pour lui seul», en secret, ses sentiments, même les plus naturels. Et pourtant... il en reste quelque chose. En effet, dans toute la suite de sa vie, cet être va provoquer inconsciemment des situations dans lesquelles ces sentiments autrefois à peine esquissés pourront revivre; mais il ne comprendra pas pour autant la relation originelle[10]...

... car elle est enfouie dans l'inconscient personnel. Pour Miller, on ne peut déchiffrer le sens de ce «jeu» (qu'elle nomme compulsion de répétition) que dans l'analyse de l'inconscient[11]. La compulsion de répétition pourrait, par exemple, faire en sorte qu'une personne qui a souffert, étant enfant, d'un sentiment d'abandon se trouve un conjoint qui est tellement actif qu'il est presque toujours absent de la maison. C'est un peu comme si inconsciemment elle provoquait une situation qui force ce sentiment de détresse à refaire surface.

— Théorie jungienne

En ce qui a trait à l'autre école de la psychologie des profondeurs, l'école de Jung, «l'inconscient personnel» existe aussi et se manifeste. Par exemple, tous les sentiments refoulés dans l'inconscient personnel, processus que décrit si bien Miller, constituent pour Jung la part d'*ombre* de l'individu :

10. *Ibid.*, p. 22.

11. Rappelons que dans sa deuxième version, le modèle freudien de «l'appareil psychique» comprend trois «instances» psychiques, en interaction, soit le Moi, le Ça et le Surmoi. Voir Ellenberger, *op. cit.*, p. 436 et suivantes.

> L'ombre coïncide avec l'inconscient «personnel» (qui correspond à la notion d'inconscient selon Freud). La figure de l'ombre personnifie l'ensemble de ce que le sujet ne reconnaît pas et qui indirectement le poursuit inlassablement : ainsi, par exemple, des traits de caractères peu estimables, des tendances incompatibles, etc.[12]

Pour Jung, l'individu doit instaurer un dialogue entre l'ombre et le Moi, entre les complexes inconscients qui agissent sur l'individu et le Moi conscient, afin de s'engager dans un processus de réalisation de Soi qu'il appelle processus d'individuation, cheminement du Moi vers le Soi[13]. Quant aux «complexes» que Jung appelle «complexe(s) à tonalité émotionnelle», ils sont des «gouvernements dissidents», des «centres de forces psychiques doués d'une certaine autonomie»[14].

Jung présente le moi conscient comme un noyau de forces psychiques entouré d'autres noyaux de forces psychiques, soit les complexes (un peu comme un système stellaire ou un champ de forces magnétiques, lesquels étaient les modèles scientifiques disponibles au début du siècle). Mais ces complexes partiellement autonomes sont des «facteurs de perturbation qui échappent au contrôle du conscient et se comportent comme des véritables trouble-fête[15]». Par exemple, il peut arriver qu'un adolescent

12. *La guérison psychologique*, Genève, Librairie de l'Université, 1984, p. 270-271.

13. Ce dialogue est décrit dans C.G. Jung, *Dialectique du Moi et de l'Inconscient*, Paris, Gallimard, coll. «Folio-Essais», nº 46, 287 p. Une des voies privilégiées pour commencer ce dialogue est l'étude des rêves. Voir Gilles Drainville, «Les rêves et leur finalité dans une perspective jungienne» dans *La petite revue de philosophie*, automne 1985, vol. 7, nº 1, p. 3-37. Voir aussi C.G. Jung, *La guérison psychologique*, p. 61-107.

14. *La guérison psychologique*, p. 20.

15. *Dialectique du Moi et de l'Inconscient*, p. 244.

perde tous ses moyens lorsqu'il arrive auprès d'une jeune fille qui l'intéresse. Jung dirait qu'un de ses complexes a confisqué son moi conscient et qu'il a pris les «commandes». Il est en état de possession, il est possédé par son complexe inconscient. Le moi conscient est mis hors circuit. Le complexe inconscient de l'adolescent s'est développé au cours de sa croissance, selon les relations qu'il a eues avec son milieu familial et social, selon les événements qui ont pu se produire, etc. Plusieurs autres complexes personnels, émanant de situations complexes, ont pu se développer au cours de sa vie. Ils sont en interaction autour du complexe du moi, le perturbant légèrement parfois, fortement en d'autres occasions. Lorsqu'une personne entre en colère subite, «voit rouge», a une réaction qui semble démesurée par rapport à l'action qui vient de se produire, Jung nous dit que c'est l'indice qu'il y a un complexe inconscient qui vient de prendre les commandes, confisquant temporairement le moi conscient.

Le processus d'individuation consistera à prendre conscience des contenus de ces complexes, afin de dissoudre leur pouvoir de confiscation. Toutefois, selon Jung, au cours de son processus d'individuation, la personne sera confrontée à des complexes qui dépassent son histoire de vie personnelle (inconscient personnel). Ces complexes, qu'il nomme «archétypes», trouvent leurs contenus dans l'histoire de la vie de l'espèce humaine («inconscient collectif»), dans l'histoire de l'hominisation.

2) *Connaissance de Soi et «inconscient collectif»*

En effet, Jung fait l'hypothèse de l'existence d'un inconscient collectif propre à tous les membres de l'espèce humaine. Ses décennies de pratique auprès de ses malades mentaux et de ses patients l'ont amené à recueillir des matériaux imaginatifs, des histoires, qui n'avaient aucun lien avec la vie «personnelle» de ceux-ci, mais qui

par contre avaient des analogies, des homologies avec les mythologies anciennes et les symbolismes que l'on retrouve dans les grandes religions. Il qualifia les innombrables relations archaïques et historiques qu'il faisait à partir des matériaux imaginatifs de ses patients, d'images de «nature archétypique[16]». Ses recherches historiques l'ont graduellement amené à supposer que si :

> le corps (humain) forme une espèce de musée de son histoire phylogénétique, il en est de même pour la psyché. Nous n'avons aucun motif de supposer que la structure particulière de la psyché soit la seule chose au monde qui n'ait point d'histoire au-delà de ses manifestations individuelles[17].

C'est ainsi que les archétypes s'installèrent au cœur de sa thérapie de l'inconscient collectif. Il en vint à considérer les archétypes comme le volet psychique des instincts :

> L'archétype est une tendance instinctive, aussi marquée que l'impulsion qui pousse l'oiseau à construire un nid. (L'instinct est une pulsion physiologique.) [...] mais ces instincts se manifestent aussi par des fantasmes et souvent ils révèlent leur présence uniquement par des images symboliques[18].

Ces manifestations symboliques, Jung les qualifie d'«images archétypiques». De plus, le conscient n'a jamais affaire directement à l'*archétype en soi*, mais seulement à ses manifestations : soit dans un symbole, dans une image

16. Un des livres de Jung présente une étude exhaustive des matériaux imaginatifs d'une jeune femme. Voir *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*, Paris, Buchet-Chastel, 1967.

17. *La guérison psychologique*, chap. XII : «Conscience, inconscience et individuation», p. 273.

18. *L'homme et ses symboles*, Paris, Laffont, 1964, chap. I : «Essai d'exploration de l'inconscient», p. 67.

archétypique, dans un symptôme ou dans un complexe[19]. En ce sens, les *archétypes en soi*, pour Jung, préforment le psychisme, ils constituent un processus «vivant» d'organisation des images :

> [...] des dispositions, des formes, [...] inconscientes certes, néanmoins actives, c'est-à-dire vivantes sont présentes dans chaque psyché dont elles préforment et influencent instinctivement les pensées, les sentiments et les actions[20].

C'est ainsi que Jung à travers son œuvre a étudié et proposé l'existence de plusieurs archétypes : archétype de la Grand-Mère, de l'Enfant Divin, du Vieux Sage, de l'Ombre, de l'Âme (Anima et Animus), etc. Lorsqu'un archétype en soi est activé dans l'inconscient, il génère des images archétypiques, des symboles qui peuvent exercer une fascination, enclencher des émotions, des attitudes, des actions «auxquelles le sujet s'identifie mais qui ne lui sont personnelles en rien. C'est bien plutôt lui à l'inverse qui est devenu l'objet, l'instrument de l'archétype[21]». L'individu est alors dans un état de «possession», l'archétype parle «à travers» lui.

3) *Connaissance de soi : une perspective archétypale*

— La pièce de théâtre : *Il est un autre monde*

C'est dans ce sens qu'il faut voir la pièce de théâtre présentée par les étudiants du Collège Édouard-Montpetit au printemps 1988. Dionysos, Apollon, Aphrodite,

19. J. Jacobi, *Complexe, archétype, symbole*, Suisse, Delachaux-Niestlé, 1961, p. 66.

20. *Les racines de la conscience*, Paris, Buchet-Chastel, 1971, p. 93.

21. Collectif, *Transformation(s) — Introduction à la pensée de Jung*, Montréal, L'Aurore, 1977, p. 43.

Artémis[22] parlent «à travers» des individus, les mêmes scénarios sont rejoués sur «la machine à écrire[23]» intemporelle que constituent les archétypes, le Jack Kérouac de la pièce étant un Dionysos «moderne». La pièce de théâtre symbolisait, à sa façon, que l'homme d'aujourd'hui peut mener sa vie à la manière de Zeus, en recherchant l'autorité, le pouvoir (qu'il soit économique, politique ou simplement paternel). Il peut mener sa vie à la manière de Dionysos (plaisir, évasion par l'alcool ou autres moyens, jouissance), à la manière d'Apollon (quête de la vérité scientifique, raison) ou à la manière d'Hermès (le dieu des carrefours et des échanges, mais aussi le joueur de tours et le conducteur d'âmes)[24].

De la même façon, la pièce soulignait que la femme peut être inspirée par Déméter (fécondité, aspect maternel, générosité), par Aphrodite (la libertine, la séductrice), par Artémis (l'indomptable, la guerrière).

— Bref scénario : une perspective archétypale sur les rôles féminins au Québec

Pour les continuateurs de la psychologie jungienne, les images archétypiques n'ont pas perdu leur pouvoir d'allumer, de «posséder» la psyché des contemporains.

Permettons-nous d'imaginer un scénario schématique sur l'histoire de l'évolution des modèles féminins au Québec au cours de ce siècle. Il est possible d'imaginer

22. Dans *Les racines de la conscience* (p. 488), Jung souligne le type de contenus que peut héberger l'inconscient collectif : «... il ne s'agit nullement de contenus refoulés, mais de contenus non encore conscients, c'est-à-dire non encore réalisés comme subjectifs, tels que par exemple les démons et les dieux des primitifs ou les -ismes auxquels s'attache la croyance fanatique des modernes.»

23. Allusion au texte de la pièce de théâtre *Il est un autre monde*.

24. Voir Ginette Paris, *Le réveil des Dieux — La découverte de soi et des autres à travers les mythes*, Boucherville, éd. de Mortagne, 1981, 332 p.

que, dans les années 1910 (et suivantes), la figure archétypique de Déméter, la féconde, la mère nourricière, la généreuse, ait enflammé bien des psychés (tant masculines que féminines). Les années 60 ont vu Aphrodite la séductrice, la libertine, réémerger à l'avant-scène et participer joyeusement à la «libération sexuelle». De même il est possible qu'il y ait de l'indomesticable Artémis dans la revendication féministe des années 70, certains mouvements féministes se qualifiant eux-mêmes de regroupements d'amazones. Actuellement, il est possible de voir une analogie entre la figure archétypique d'Athéna et certaines tendances dans les comportements féminins. Athéna est «cette mère qui n'a pas eu d'enfant», cette fille née de la tête de Zeus, celle qui normalise[25], cette femme forte, prototype de la femme de carrière.

Donc ces quatre personnifications archétypiques du féminin peuvent émerger de l'inconscient collectif et prendre possession de certaines psyché. De même les figures archétypiques d'Héra, de Perséphone, des Nymphes, peuvent surgir elles aussi et jouer selon les époques des rôles secondaires ou non. Même lorsque Déméter avait le premier rôle au début du siècle, il y avait des psyché féminines enflammées par Aphrodite, par Artémis et Athéna[26].

25. James Hillman, *Le polythéisme de l'âme*, chap. 2, «Athéna», Paris, Mercure de France, 1982.

26. Ginette Paris, lors de la table ronde qui suivit la pièce de théâtre *Il est un autre monde*, soulignait que tous ces mythes peuvent habiter à des époques différentes ou non une même psyché et qu'une personne peut s'en servir pour rééquilibrer, évaluer, voir «à travers» ses comportements (selon l'expression de James Hillman).

4) *Connaissance de soi et processus d'individuation*

Pour Jung, le cheminement du moi conscient vers la réalisation de soi passe par le processus d'individuation[27]. C'est «un processus de développement ou d'organisation» qui se «... présente habituellement à la conscience, dans une suite d'images comparable au thématisme d'une fugue[28]». Il peut s'agir d'une suite de rêves, ou de fantaisies qui constituent autant d'occasions pour le moi conscient d'entreprendre un dialogue avec ces contenus émergeant de l'inconscient personnel (complexes) et de l'inconscient collectif (archétypes), en vue de poursuivre un processus graduel d'intégration du conscient et de l'inconscient, et s'engager ainsi vers la pleine réalisation du soi :

> Il y a donc lieu de distinguer entre le Moi et le Soi, le Moi n'étant que le sujet de ma conscience, alors que le Soi est le sujet de la totalité de la psyché, y compris l'inconscient[29].

DEUXIÈME PARTIE : STRUCTURE ET DYNAMIQUE DES PROCESSUS MENTAUX : NÉCESSITÉ D'UN NOUVEAU PARADIGME

Dans cette deuxième partie, nous ferons ressortir certains problèmes posés à l'épistémologie classique par la conception jungienne de la structure et de la dynamique des processus mentaux. Nous mettrons aussi en évidence

27. L'analyste Jan Bauer, dans une conférence prononcée le 20 septembre 1985 et publiée par le *Cercle Jung de Montréal* fait le point sur cette démarche de la psychologie jungienne. Toutefois, elle nous rappelle l'avertissement de Jung de «ne pas suivre les péripéties de l'inconscient avant que le conscient ne soit bien établi et sûr», c'est-à-dire qu'un «tel processus d'exploration intérieure ne devrait être entrepris que dans la deuxième moitié de la vie».

28. C.G. Jung, *La guérison psychologique*, p. 74 et 93.

29. C.G. Jung, *Dialectique du Moi et de l'Inconscient*, p. 47.

certaines recherches neurologiques qui montrent des convergences avec la conception jungienne des processus mentaux.

Enfin nous concluerons à la nécessité d'un nouveau paradigme et nous ferons l'hypothèse que la conception jungienne des processus mentaux pourrait contribuer au paradigme de complexité qu'élabore Edgar Morin.

II.A. Limites épistémologiques des psychologies de l'inconscient

L'épistémologie classique reproche aux psychologies de l'inconscient d'être pré-scientifiques[30]. C'est-à-dire d'être basées sur des intuitions, de poser des questions importantes mais de ne pas se soucier de la vérification empirique. L'inconscient personnel et l'inconscient collectif existent-ils empiriquement?

Il y a des débats homériques autour de la question de la «scientificité» des psychologies des profondeurs. Il serait illusoire de penser mettre un terme à ces débats ici. Néanmoins, nous rappellerons que dans les sciences de l'infiniment grand (astrophysique) et les sciences de l'infiniment petit (physique nucléaire par exemple), les procédures de validation scientifique relèvent davantage d'une logique probabiliste que d'une logique de vérification empirique. En astrophysique par exemple, il n'y a pas d'expérience répétable. De fait, on retient comme théorie explicative l'hypothèse la plus probable. Dans cette perspective, Paul Ricœur[31] nous rappelle qu'il peut en être ainsi lorsqu'il s'agit d'interpréter un texte (une histoire, un rêve, un

30. Mario Bunge, *Épistémologie*, chap. 9 et 10, Paris, éd. Maloine, 1983.

31. «Explanation and Understanding» dans *Revue de l'Université d'Ottawa*, octobre 1980, vol. 50, n°s 3-4, p. 361-374.

conte). On peut confronter différentes interprétations, différentes lectures d'un texte, puis établir celle qui est la plus probable.

II.B. Convergences avec des recherches en neuro-psychologie

Ceci étant dit, nous pensons que des travaux récents émanant de la neurologie et de la psychologie de la perception tendent à confirmer la plausibilité du modèle jungien quant à la structure et à la dynamique des processus mentaux.

Un neurologue réputé, Michael Gazzaniga, décrit le cerveau comme étant organisé de façon modulaire[32]. Chaque module peut générer des comportements indépendants. La majorité de ces modules sont non-verbaux. Il y a aussi un module, situé dans l'hémisphère gauche du cerveau, qu'il appelle système verbal. Selon Gazzaniga, ce module verbal est l'interprète des comportements de l'individu. De plus, il examine l'hypothèse de l'inconscient à la lumière de ses connaissances scientifiques. Il pense qu'elle est compatible avec son modèle (voir TABLEAU I) à la condition de parler de «*modules mentaux co-conscients mais non-verbaux*[33]».

Jung, plusieurs décennies avant les progrès de la neurologie, parlait quant à lui de la «conscience approximative» des processus inconscients :

> [...] l'existence dans l'inconscient de processus hautement complexes analogues à ceux de la conscience est rendue à tout le moins extraordinairement vraisemblable [...] sans leur être identique [...] Dans ces conditions, il n'existe pas d'autre

32. Michael Gazzaniga, *Le cerveau social*, chap. 8 : «Les modules du cerveau et l'inconscient», Paris, Laffont, 1987.

33. *Op. cit.*, p. 161-162.

> solution que d'admettre une position intermédiaire entre l'idée d'un état inconscient et celle d'un état conscient, à savoir la notion d'une *conscience approximative*.
>
> Aussi sera-t-il toujours bon de se représenter la conscience du moi comme entourée de nombreuses luminosités[34].

D'une certaine manière, Jung, en nous présentant un modèle de la psyché où les processus conscients du Moi seraient comme une luminosité autour de laquelle gravite de «nombreuses luminosités», soit les complexes inconscients (qu'il préfère qualifier de «conscience approximative»), il préfigure le cerveau modulaire de Gazzaniga, où l'un des modules «verbalise», éclaire les actions «co-conscientes mais non-verbales» des autres modules.

34. *Les racines de la conscience*, p. 506-507.

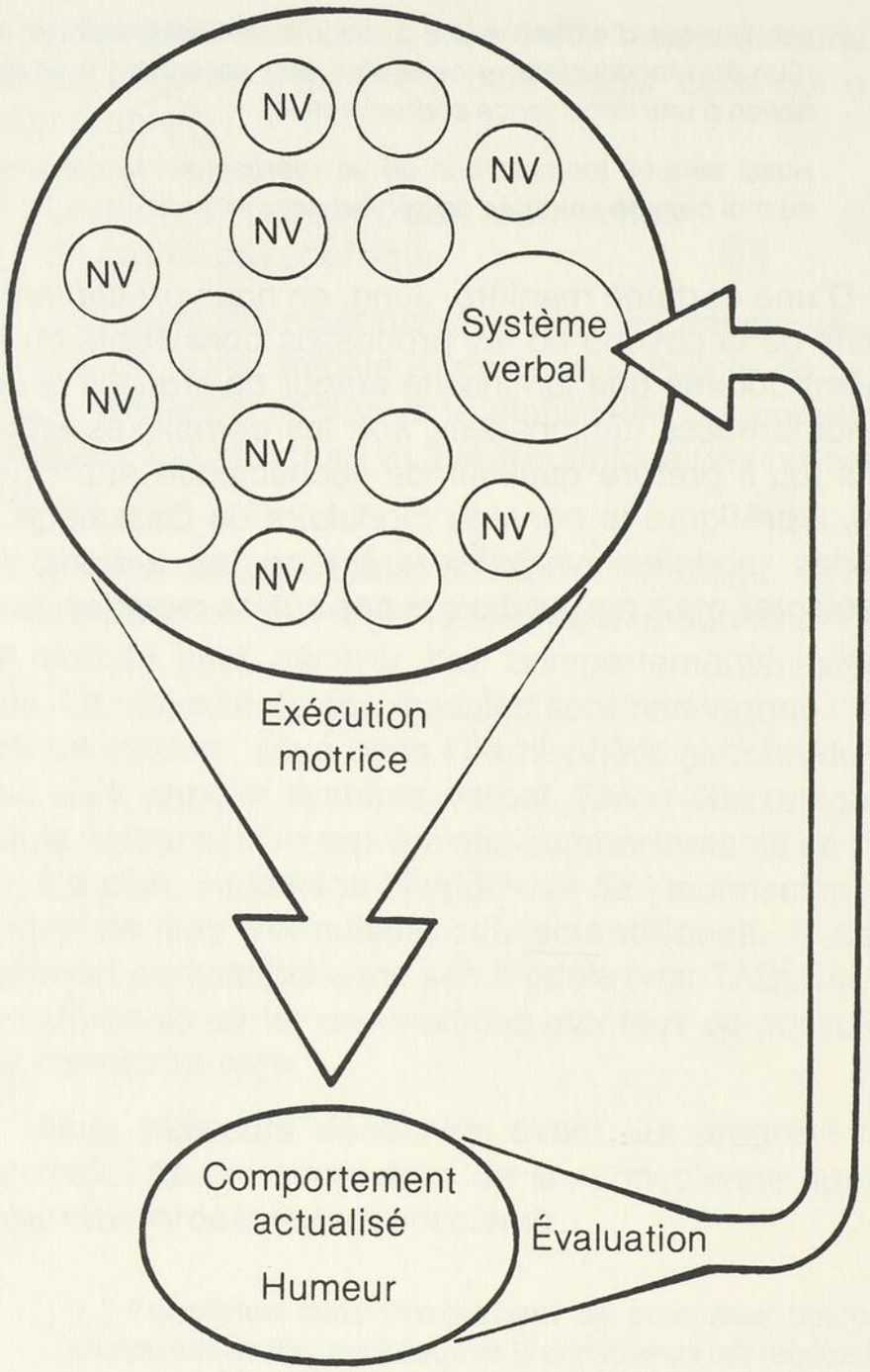


TABLEAU I : LE CERVEAU MODULAIRE DE GAZZANIGA

Toutes les observations effectuées sur des patients à cerveau divisé concourent à montrer que le cerveau est organisé de façon modulaire, chaque module étant capable d'engendrer des comportements indépendants. Une fois les comportements actualisés, le système du langage basé dans l'hémisphère gauche les interprète et élabore des théories quant à leur signification. (NV = non verbal)

Source : Michael Gazzaniga, *op. cit.*, p. 112

II.C. Perspectives d'avenir : nécessité d'un nouveau paradigme

Pour Jung, les rapports entre conscient et inconscient ne constituent pas une opposition simpliste entre deux acteurs, mais plutôt une dynamique complexe. Les processus psychiques y sont présentés tour à tour comme antagonistes (l'Ombre et le Moi), comme concurrentiels (les complexes y sont présentés comme des gouvernements dotés d'une certaine autonomie) et comme complémentaires[35] (dans le cadre du processus d'individuation, il y a dialogue entre les processus inconscients et les processus conscients afin de parvenir à une meilleure connaissance de soi).

De plus, le fait qu'il fasse intervenir plus d'un niveau écosystémique, soit l'individu et son espèce, (inconscient personnel et inconscient collectif) l'amène à une conclusion paradoxale :

> Nous en arrivons aussi à la conclusion paradoxale qu'il n'y a pas de contenu de la conscience qui ne soit inconscient à un autre point de vue. Peut-être n'y a-t-il pas non plus de psychisme inconscient qui ne soit en même temps conscient[36].

Donc, si l'approche jungienne de la psyché demeure plausible, elle fait néanmoins problème (sur un plan épistémologique), car elle nous demande de concevoir les processus mentaux de manière complexe, c'est-à-dire de les concevoir comme étant :

35. Les travaux récents d'Anthony Marcel, à l'Université de Cambridge, semblent confirmer ces aspects complémentaires, concurrentiels et antagonistes des processus mentaux, dans le cadre de la psychologie de la perception. Voir «Conscious and Unconscious Perception : an approach to the relations between phenomenal experience and perceptual processes» in *Cognitive Psychology*, vol. 15, 1983, p. 238-300.

36. C.G. Jung, *Les racines de la conscience*, p. 504-505.

à la fois conscients *et* inconscients
à la fois complémentaires *et* antagonistes
et impliquant *à la fois* l'homme *et* son espèce.

L'approche jungienne de la psyché appelle à la construction d'un paradigme et d'une épistémologie qui permettent de concevoir la psyché humaine dans toute sa complexité et comme étant fondée sur un «ensemble de processus naturels[37]».

CONCLUSION : VERS UN PARADIGME DE COMPLEXITÉ QUI PERMETTRAIT D'INTÉGRER LA PSYCHÉ DANS SES FONDEMENTS BIO-ANTHROPOLOGIQUES

Des centaines de chercheurs travaillent à l'élaboration d'un tel paradigme[38] qui puisse tenir compte de la complexité des processus mentaux, des processus socio-culturels, des processus vivants et des processus naturels. Il s'agit du paradigme systémique (ou éco-systémique).

L'un d'entre eux, Edgar Morin, travaille à la fois au projet d'élaboration d'une «épistémologie de la complexité[39]» (voir TABLEAU II) et au projet de construction d'un paradigme de complexité. Le paradigme de complexité organisée qu'il élabore, enracine la sphère anthropo-sociale dans la sphère de la vie[40]; il enracine aussi la

37. Comme le souligne la citation placée en exergue au début du présent texte.

38. J.L. Lemoigne, «Épistémologie et systémique» dans *La notion de système dans les sciences contemporaines*, tome II : «Épistémologies», Aix-en-Provence, Librairie de l'Université, 1984, p. 148 à 318.

39. «Épistémologie de la complexité» dans *Science et conscience de la complexité*, Aix-en-Provence, Librairie de l'Université, 1984, p. 47 à 103.

40. Edgar Morin, *La Méthode*, t. III, «La connaissance de la connaissance», Paris, Seuil, 1986.

sphère vivante dans la sphère de la «physis»[41]; et montre la complexité organisationnelle de la «physis»[42]. Chaque sphère à la fois s'enracine dans le niveau précédent et émerge de celui-ci, en rétroagissant sur lui, sans jamais être réduite à celui-ci.

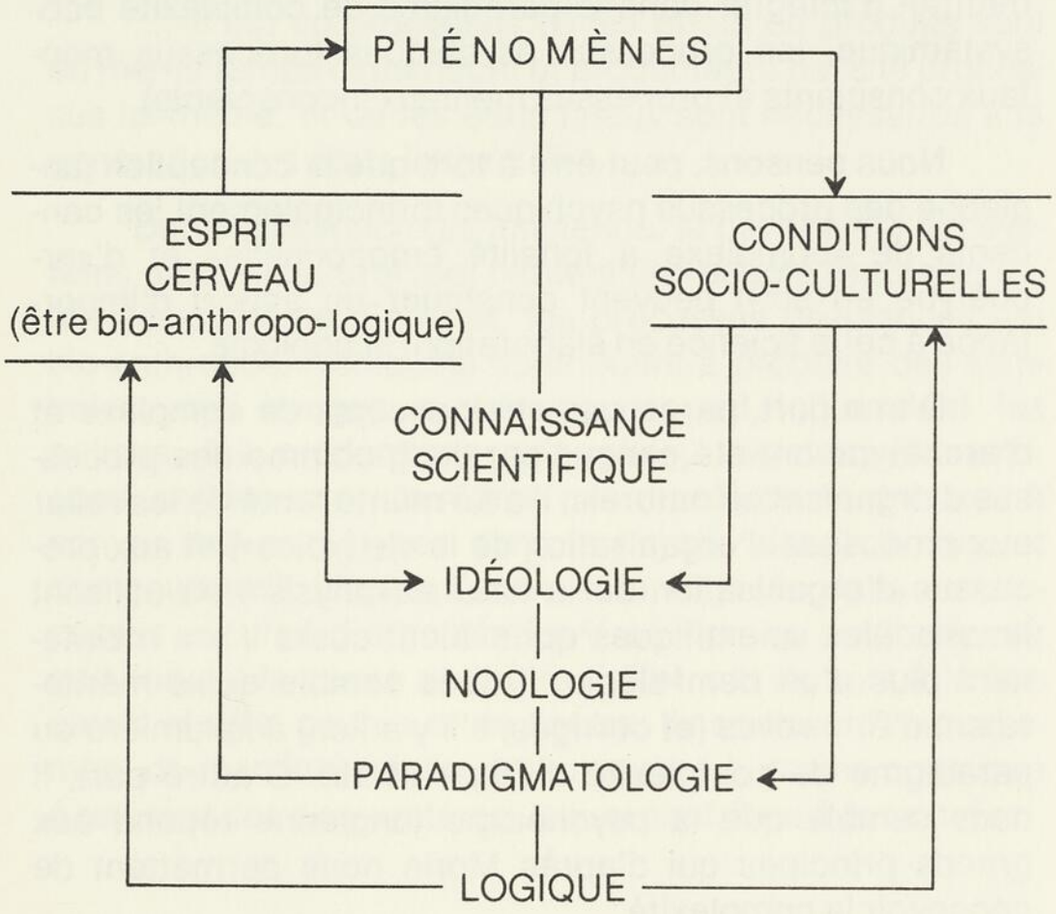


TABLEAU II : LE PROJET D'UNE ÉPISTÉMOLOGIE DE LA COMPLEXITÉ

Source : Edgar Morin, *Science et conscience de la complexité*, p. 75.

41. *Ibid.*, t. II, «La vie de la vie», 1980.

42. *Ibid.*, t. I, «La nature de la nature», 1977.

Dans cette vaste entreprise qui vise à repenser les fondements de la connaissance, Edgar Morin souligne la nécessité d'élaborer une nouvelle science, «la *noologie*, science des choses de l'esprit, des entités mythologiques et des systèmes d'idées conçus dans leur organisation et leur mode d'être spécifique[43]». Cette nouvelle science permettrait d'intégrer dans le paradigme de complexité écosystémique, les processus psychiques (processus mentaux conscients et processus mentaux inconscients).

Nous pensons, peut-être à tort, que la conception jungienne des processus psychiques (principalement les concepts de «complexe à tonalité émotionnelle» et d'«archétype en soi») peuvent constituer un apport d'importance à cette science en élaboration, la noologie.

D'une part, parce que ces concepts de complexe et d'archétype ont été conçus par Jung comme des processus d'organisation naturels, il a lui-même tenté de les relier aux processus d'organisation de la vie («bios») et aux processus d'organisation de la nature («physis») en utilisant les modèles scientifiques qui avaient cours il y a maintenant plus d'un demi-siècle. Il nous semble qu'ils mériteraient d'être revus (et corrigés, s'il y a lieu) à la lumière du paradigme de complexité d'Edgar Morin. D'autre part, il nous semble que la psychologie jungienne répond aux grands principes qui d'après Morin nous permettent de concevoir la complexité :

1- Le principe dialogique

... «peut être défini comme l'association complexe (complémentaire/concurrente/antagoniste) d'instances, *nécessaires ensemble* à l'existence, au fonctionnement et

43. *Science et conscience de la complexité*, p. 72.

au développement d'un phénomène organisé[44]». Nous avons montré à la section II C du présent article que la psychologie jungienne concevait les processus mentaux de manière complexe.

2- Le principe de récursivité

... «c'est un processus où les effets ou produits sont en même temps causateurs et producteurs dans le processus lui-même, et où les états finaux sont nécessaires à la génération des états initiaux[45]».

Dans la psychologie jungienne, la psyché et l'écosystème naturel-culturel font partie d'une boucle récursive qui fait éco-système. En effet, les processus psychiques (ou bio-anthropo-psychiques) contribuent à produire des symboles, des images archétypiques, qui influencent les actions, les productions culturelles, sociales, économiques, politiques et de même ces dernières contribuent à activer des archétypes dans la psyché des individus, et des peuples[46]. L'un et l'autre sont engagés dans un processus récursif d'organisation[47] où l'on ne peut affirmer que l'un est la cause et l'autre l'effet, car ils sont à la fois cause et effet de l'un et de l'autre. Ils se tissent mutuellement de manière complexe. La psyché humaine contribue à re-créer son éco-système, lequel contribue à la re-créer.

44. Edgar Morin, *La Méthode*, t. III, «La Connaissance de la Connaissance», p. 98.

45. Edgar Morin, *op. cit.*, p. 101.

46. L'anthropologue Gilbert Durand développe depuis trente ans une anthropologie de l'imaginaire, où il étudie la résurgence des mythes à travers les œuvres littéraires. Sa méthode, la mythanalyse, peut servir à analyser les mythes, les «dieux qui parlent» à travers les hommes, que leurs discours soient politiques, économiques, littéraires. Voir «Méthodologie, Mythocritique et Mythanalyse» dans *Figures mythiques et Visages de l'œuvre*, Paris, Berg, 1979, p. 307-323.

47. Edgar Morin dirait «auto-éco-ré-organisation».

3- Le principe hologrammatique

... «le tout est d'une certaine façon inclus (engrammé) dans la partie qui est incluse dans le tout[48]».

Nous pensons que le concept de l'inconscient collectif est un concept hologrammatique. D'une certaine manière, le «tout» de l'espèce humaine est engrammé dans chaque partie de celle-ci, dans chaque individu (sous l'aspect des archétypes en soi, ces «patterns», ces processus organisateurs de la complexité[49]).

En terminant, nous souhaitons que les recherches pouvant montrer l'apport de la psychologie jungienne à la noologie et au paradigme de complexité soient poursuivies. Elles permettent à la fois une meilleure connaissance de soi et de son éco-système (physis-bios-anthropos).

Alain Lavallée
Professeur au département d'Administration
et de Techniques administratives
du CEGEP Édouard-Montpetit

48. Edgar Morin, *op. cit.*, p. 102.

49. L. Zinkin, «The Hologram as a Model for Analytical Psychology» in *Journal of Analytical Psychology*, vol. 32, 1987, p. 1-21.

La «présence» de l'acteur au théâtre

Maryvonne Saison

Les gens sérieux ne parlent pas de la «présence» d'un acteur; différentes traditions ont su protéger les érudits et les savants des pièges de l'inexprimable et de la reconnaissance de l'irrationnel : on a confronté l'acteur-interprète à son texte, plus récemment on en a fait le matériau du metteur en scène, deux manières de ramener l'acteur à une norme extérieure à lui, quitte à louer le «talent» dont il témoigne pour la servir... De nos jours, certes, les approches systématiques du spectacle, dans leur souci de scientificité, ont signalé l'irréductibilité de l'acteur à une fonction, à un rôle ou à un personnage :

> Le champ d'analyse le plus important et le plus difficile est celui du comédien. Le plus important : sur lui reposent à la fois fable et dialogue, fiction et performance dont il est la médiation. Le plus difficile : le caractère à la fois arbitraire et aléatoire de la notation, la mobilité des signes, leur instabilité d'une représentation à l'autre, la pluralité des codes simultanés (voix : diction, prosodie, intonation, et geste : kinésique, proxémique, mimique). Les divers systèmes de notation du geste ou de la mimique sont tous imparfaits. Au reste, il demeure dans le travail du comédien une part énorme de subjectivité, d'invention, difficile à verbaliser [1].

1. *Théâtre, Modes d'approche*, Bruxelles, Méridiens/Klincksieck, coll. «Labor», 1987, p. 194.

Les sciences du spectacle ont donc permis de décrire, de conserver des performances, d'analyser différents types de jeu, de mettre en évidence le caractère à la fois social, historique et singulier du jeu, mais leur perspective analytique ne peut que récuser et repousser hors de leur champ le phénomène de «présence» !

L'esthéticien gagnera donc sans doute à sortir des normes traditionnelles et des milieux «savants» : à côté d'eux, dans la pratique, chez les professionnels du théâtre, la présence est au centre des préoccupations de tous; même si personne n'ose l'avouer ou aborder le problème de front, c'est le seul but réel de l'enseignement du «métier». Or, si les techniques se partagent et se divulguent, la présence renvoie toujours à une forme de charisme; sa recherche passe donc par des voies indirectes et chacun en épie les signes chez un maître, pour tenter de se modeler sur lui. C'est alors que comédiens et critiques emploient des termes comme «vie», «vivant», «vitalité». Un tel vocabulaire oriente notre regard vers l'irréductible du théâtre : le corps du comédien, «un corps qui vit éperdument devant nous[2]». Est-ce là le point d'arrêt, la référence à l'inanalysable, «l'évidence d'un corps contre laquelle viennent s'échouer tous les tours de l'intellect[3]?»

Un autre homme de terrain, familier, comme le comédien, du charisme ou de la présence, le psychanalyste, apporte peut-être une intuition supplémentaire : plutôt que de qualifier un individu isolé, la présence désignerait ce qui résulte de la confrontation de deux individus... Sortir de l'autisme, penser en termes de relations, voilà sans doute un déplacement heuristique et productif, qui convoque sur un terrain où la présence, on sait que cela existe, même si

2. Bernard Dort, *Théâtre en jeu*, Paris, Seuil, 1979, p. 235.

3. *Ibid.*, p. 211.

l'on ne sait pas ce que c'est, ou s'il ne sied pas de le dire... Plutôt donc que de courir après des analyses abstraites et illusoires du jeu du comédien, ou de chercher à le décrire en l'isolant, l'esthéticien gagnera à renouveler son mode d'approche en acceptant d'écouter des types de discours dont il se méfie souvent; la présence du comédien renverra alors plus à une théorie de la séduction qu'à un relevé descriptif des formes de jeu ! C'est du moins sur de telles pistes que nous voudrions nous attarder en montrant comment Freud, malgré une position en général très traditionnelle et en accord avec son temps, laisse percer timidement dans ses lettres, quelques intuitions très innovatrices, éclairant bien cette fameuse «présence».

Lorsqu'il relate ses réactions à une représentation théâtrale, Freud, de façon étonnante pour quelqu'un qui, en général ne retient des œuvres dramatiques que leur texte, s'attache moins à la mise en scène, dans sa relation au texte, qu'au jeu de l'acteur; or, c'est presque lorsque la pièce est mauvaise que ce dernier apparaît le mieux... Mais, n'anticipons pas : prenons la «très belle représentation» par la Comédie Française du *Mariage de Figaro* de Beaumarchais, dont Freud rend compte à Martha le 17 janvier 1886; la pièce «remarquable», «étincelante d'esprit», est qualifiée de «chef-d'œuvre»[4]. Dans ce contexte traditionnel, aucune facilité pour évoquer le jeu des acteurs : «Je ne puis naturellement te décrire la façon dont les auteurs parlent et jouent.» Prévenue d'une impossibilité qui n'a pas l'air de tenir à des conditions accidentelles, Martha ne s'est sans doute pas étonnée de l'échec réel qui ne pouvait manquer de suivre : «Suzanne était charmante ainsi que le page et il y avait un personnage comique, le Juge...» Sans s'attarder sur l'allusion tendre du «que n'étais-tu là !» qui conclut, nous sentons dans une telle

4. Sigmund Freud, *Correspondance 1873-1939*, Paris, Gallimard, 1979, p. 205.

exclamation la limite du discours sur le jeu de l'acteur, limite signalée comme infranchissable par le «naturellement».

Or, de même que le médecin comprend le normal en «étudiant le pathologique[5]», le critique est peut-être mieux armé pour parler du jeu de l'acteur lorsque la pièce est mauvaise... Tout se passe, pour Freud, comme si l'impossibilité de raconter basculait alors vers la pièce elle-même : telle est du moins l'impression qui se dégage de la lettre du 8 novembre 1885, écrite à Martha le lendemain d'une représentation à la Porte Saint-Martin : «Je ne puis dire grand bien de la pièce, *Théodora*, de Victorien Sardou... Un pompeux néant avec de magnifiques palais et costumes byzantins, l'incendie d'une ville, des défilés de guerriers et tout ce que tu voudras encore, mais à peine un mot digne d'être retenu[6].» Rien à dire non plus sur la vérité psychologique : «Quant aux caractères, poursuit-il, ils vous laissent complètement froids.» Les conditions sont réunies pour qu'apparaisse... l'actrice : Sarah Bernhardt !

Il ne s'agit pas de prétendre que Freud trouva des mots très originaux ou très délicats pour évoquer l'actrice, mais plutôt, qu'à travers un regard libre de tout intérêt pour le texte, il prend conscience d'une dimension essentielle du spectacle, qui ne tient qu'à la présence des comédiens et à l'effet de séduction qu'ils exercent sur nous : une certaine fête du corps... Mais suivons notre guide, qui semble encore bien démuni dans son récit, témoin cette première exclamation : «Mais le jeu de cette Sarah !» Point d'ambiguïté pourtant, Sarah n'est pas étouffée par le personnage de Théodora, madame Sarah Bernhardt gagne seulement

5. *Id.*, «Traitement psychique» (1890) dans *Résultats, idées, problèmes*, Paris, PUF, 1984, p. 5.

6. *Id.*, *Correspondance*, p. 192.

à cette occasion le privilège d'être appelée par son prénom, par un Freud enhardi par l'assonance des prénoms en «a» chers à Sardou («qui a déjà écrit une Dora, une Fédora et qui, dit-on, écrit actuellement une Thermidora, une Ecuadora et une Torreadora») !

Si Freud ne trouve pas immédiatement le vocabulaire pour décrire l'actrice, il tente de montrer une qualité de relation qu'elle excelle à provoquer et qui semble être très importante : la familiarité. Quelque chose est partagé avec l'acteur, qui ne tient pas à ce qu'il représente, à ce qu'il dit, au personnage qu'il incarne. C'est cela qui se signale par l'impression de familiarité ou de déjà vu, et, étrangement, c'est cela qui emporte l'adhésion, qui permet au spectateur d'être la proie d'une forte conviction : «Dès les premières répliques, écrit Freud, il m'a semblé que je la connaissais depuis toujours. Jamais actrice ne m'a surpris aussi peu : tout de suite j'ai été prêt à croire tout ce qu'elle disait.» Si l'acteur, par sa présence physique, ne répond pas à cette attente, c'est le «choc», comme lorsque Freud voit apparaître, à Rome, une effrayante Micaëla dans Carmen : maigre, «de grandes dents déchaussées», «une perruque rouge carotte», ou que, peu après arrivent des cigarières «tellement laides qu'on aurait dit qu'elles sortaient d'un hôpital, d'un asile ou d'une agence de placement[7]». Il ne faut pas croire que seule la dérogation à «l'emploi» soit en cause : ce qui réconcilie Freud avec la présentation romaine de Carmen, ce n'est pas de comprendre le choix signifié, c'est de trouver une piste pour obtenir son impression de «non étrangeté»; il précise, en ce qui concerne l'actrice qui joue Micaëla : «Sa personne n'a cessé de me tourmenter jusqu'à ce que j'aie trouvé qu'elle ressemblait de façon frappante à la pauvre Vera Schimek.» C'est par le même artifice qu'il «récupère» Carmen : «Enfin Carmen fit

7. *Ibid.*, p. 285.

son entrée. Je saluai en elle une vieille connaissance; vous aussi vous l'auriez reconnue. C'était Käthchen Reich avec sa figure rose, son petit nez camus et ses formes colossales.»

Mais la familiarité a des limites, le sentiment de non étrangeté et la reconnaissance sont nourris de leur contraire, comme en témoigne notre lettre de novembre 1885, où la description de Sarah Bernhardt est bien paradoxale : tout en elle évoque une ressemblance avec nous, alors qu'à travers chaque geste semblable au nôtre, elle s'affirme singulière, étonnante, différente... Relevons ce portrait : sa voix, «vibrante et adorable», «chaque parcelle de sa petite personne... vivante et ensorcelante», «et puis, cette façon d'enjôler, d'implorer, d'étreindre; incroyables, les attitudes qu'elle prend, la manière dont elle se serre contre quelqu'un, sa façon de mouvoir ses membres et la moindre de ses articulations. Curieuse créature !» L'actrice ne fait que ce que chacun d'entre nous a déjà fait : elle parle, enjôle, implore, étreint, prend des attitudes, se serre contre quelqu'un, se meut, mais elle le fait, semble-t-il, plus, ou mieux, elle se donne totalement, y consacre jusqu'à la moindre «parcelle» d'elle-même, ou de ses «articulations». Elle est donc en même temps étrange et familière, tout en nous laissant imaginer que l'intensité de sa vie corporelle, qui la rend curieuse et différente, peut être transposée de la scène à la vie réelle : «J'imagine, poursuit Freud, qu'elle n'est pas différente dans la vie de ce qu'elle est sur la scène.»

Qu'est-elle donc, alors, si ce n'est exemplaire? Elle nous montre dans son fonctionnement harmonieux et non retenu, ce corps qui est le nôtre et que nous pourrions peut-être faire jouer de la même manière... Le spectateur reconnaît en Sarah ce qu'il pourrait devenir. Nous retrouvons là une expérience «gratuite» du corps qui renvoie à l'enfance, avec la latitude ouverte par l'ignorance de la

fonctionnalité, de la finalité, de la responsabilité : c'est sans aucun doute l'occasion d'un plaisir. D'ailleurs Freud signalait, lors de la représentation de Carmen, à quel point les acteurs heureux pouvaient transmettre au spectateur le plaisir enfantin du jeu : «L'officier et le chef des contrebandiers étaient excellents, on les sentait vraiment heureux de leur déguisement, et c'était un plaisir de les regarder.» Il serait dommage de ramener ce plaisir du jeu à un quelconque entraînement à un rôle : c'est, beaucoup plus fondamentalement, et à coup sûr en ce qui concerne Sarah Bernhardt, le plaisir de faire jouer son corps, comme on tirerait des sons d'un instrument. Plaisir non fonctionnel et amoral...

Nous sommes donc bien loin des réticences aristotéliciennes de Freud à l'encontre du spectacle et du spectaculaire : l'effet théâtral n'est pas totalement inscrit dans le texte... Freud peut quitter le théâtre Quirino à Rome une heure avant la fin de Carmen, affirmant : «Je pouvais fort bien me représenter la fin», mais il sait ce qu'il y perd : l'évidence du plaisir de jouer, le sentiment de liberté, de vitalité, d'allégresse... tout ce qui tient à la présence de l'acteur en chair et en os, indépendamment de toute qualité éventuelle du texte représenté. Voilà une joie de la désinvolture qu'il faut savoir reconnaître : la vie physique, crûment, transperce sous la culture !

Si l'exemple d'une pièce inintéressante permet à Freud de découvrir ce plaisir bien spécifique, il y est déjà sensible dans d'autres cas : le jeu est plus facilement perceptible que le texte, explique-t-il à sa fiancée le 19 octobre 1885 :

> On jouait trois pièces de Molière : *Le Mariage forcé, Tartuffe* et *Les Précieuses Ridicules* et, bien que je n'aie pas compris un mot de ce que disaient les femmes et à peine la moitié de ce que disaient les hommes, leur jeu brillant m'a donné beaucoup de plaisir.

Même si Freud comprend mieux qu'il ne veut l'avouer, il dit bien ce qu'il veut dire en séparant son plaisir du texte, puisqu'il continue, à propos de *Tartuffe* qu'il connaissait : «Ce qu'il y avait de plus remarquable dans la dernière pièce, ce n'était pas tant le dialogue que le jeu si comique des deux Coquelin.» Il a d'ailleurs la certitude de ne pas être seul à apprécier leur art : «Pour *Tartuffe*, les gens applaudissaient à chaque tirade.» Il ne méconnaît sans doute pas l'effet d'entraînement opéré par cette foule vibrante, mais ce n'est pas à elle qu'il faut attribuer ce qu'elle ne fait qu'amplifier : l'acteur exhibe un corps en fête par lequel il exerce un pouvoir de séduction d'autant plus fort qu'il entraîne les spectateurs à suivre son exemple — ou à croire qu'ils le pourraient ! Qui ne songerait à ces mots de Roland Barthes : «Le théâtre exige ouvertement de ses acteurs une certaine exemplarité corporelle; quelque morale qu'on lui prête, le théâtre est en un sens une fête du corps humain...[8]» Le jeu en valait la chandelle, pourrait-on dire ironiquement pour reprendre le début de la lettre de Freud à Martha, lorsqu'il se prépare à lui exposer — au risque de provoquer une certaine jalousie ! — quel genre de plaisir on peut éprouver à la représentation théâtrale d'une pièce inintéressante jouée par une grande actrice : «Je suis encore tout fatigué et tout sens dessus dessous d'avoir assisté de huit heures à minuit et demi, par une chaleur accablante, à un mélodrame diabolique; mais cela en valait la peine.»

Au terme de la lecture de ces quelques lettres, nous sommes convaincue que l'intérêt bien aristotélicien de Freud pour le texte théâtral laisse place à une perception du caractère irréductible de la présence physique de l'acteur sur la scène, et de l'absence de relation nécessaire entre l'intérêt d'une œuvre et le plaisir de la représenta-

8. *Essais critiques*, Paris, Seuil, 1964, p. 61.

tion. Les effets spécifiques du jeu de l'acteur font écho à une séduction que celui-ci exerce, en même temps qu'à l'invitation qu'il nous fait de renaître à ce corps vivifié et désinvolte dont il nous donne l'exemple. La «présence» ne passera donc que par une voie médiane et respectueuse de l'accord avec son public : l'acteur ne suscitera que de l'admiration s'il se livre à une performance trop différente de ce dont nous nous sentons capables; il lui faudra à la fois être familier et exemplaire, ni la trop forte banalité ni l'exploit ne feront prononcer le qualificatif de présence. Cette «présence» dont on crédite le bon acteur ne serait-elle que la présence à son propre corps que le spectateur ressent à son exemple?

L'esthétique théâtrale, en tout cas, perdrait à se priver des remarques, même non didactiques et marginales, des gens de terrain : ce n'est qu'une manière traditionnelle de renouveler les traditions !

Maryvonne Saison
Professeure à l'Université de Nanterre
Paris X

Autour de *Socrate(s)*

Rencontre avec Sarah Kofman

Ghyslaine Guertin

Sarah Kofman a bien voulu accorder à *La petite revue de philosophie* cet entretien[1] autour de son tout dernier ouvrage intitulé *Socrate(s)*[2]. Sur le ton de la conversation, elle nous fait découvrir son interprétation de Socrate à partir des Socrate(s). Le lecteur comprendra pourquoi nous avons tenu à publier ses propos qui viennent à la fois clore et ouvrir à nouveau le débat sur la connaissance de soi. L'interprétation philosophique serait-elle inconciliable avec celle qu'en fait la psychologie ou la psychanalyse? Un retour aux sources s'impose. Sarah Kofman les a retracées en démontrant la pluralité des intrigues et des significations autour du Philosophe.

1. Réalisé à Paris le 17 mars 1989.
2. Paris, Éditions Galilée, 1989, 337 p.

G.G.: *Sarah Kofman, j'aimerais au départ que vous nous situiez cet ouvrage par rapport à l'ensemble de votre production et de votre cheminement intellectuel. Nous connaissons vos préoccupations pour l'art, le féminisme, la psychanalyse de même que votre intérêt pour des philosophes comme Nietzsche, Auguste Comte, pourquoi alors Socrate?*

S.K.: Mon intérêt pour Socrate apparaît complètement nouveau par rapport à tout ce que j'ai fait jusqu'à présent. Pourtant, en réalité, ce livre n'est pas vraiment uniquement sur Socrate, mais sur les différentes lectures de Socrate au cours de l'histoire faite par les philosophes. C'est autant un livre sur Hegel, Nietzsche et Kierkegaard que sur Socrate et Platon. C'est Socrate réinterprété. Et ce qui m'intéresse dans Socrate, c'est surtout la réappropriation qu'en a fait la philosophie au cours du temps. Cela n'est pas très nouveau chez moi, ce rapport de lecture, puisque dès le début, le premier texte que j'ai publié, c'était, d'abord sous forme d'article, «Freud et Empédocle», qui mettait déjà en rapport le philosophe antique, Empédocle, dit pré-socratique, et la psychanalyse. Ensuite, dans mes différentes lectures des textes de Freud, par exemple dans la littérature, j'ai toujours fait une *relecture* des lectures de Freud. J'ai d'ailleurs intitulé ce livre — qui s'appelle *Quatre romans analytiques* — justement pour montrer comment Freud au lieu d'expliquer notamment les sources, se les appropriait pour en faire de véritables romans. En fait, je peux dire que si maintenant après mon dix-neuvième livre, je devais me définir (ce que je n'aime pas faire [...]) je pourrais dire que ma méthode est une méthode herméneutique au second degré [...].

Très dernièrement, j'ai écrit un texte que vous ne connaissez pas peut-être encore [...] qui s'appelle «Nietzsche et l'obscurité d'Héraclite», qui a paru dans une revue suisse, *Furor* nº 15, et dans lequel je fais exactement ce type de

travail à propos de l'obscurité d'Héraclite. Je montre comment toute la tradition philosophique — Platon, Aristote, Hegel toujours, Nietzsche aussi et Heidegger — s'était réapproprié cette notion d'obscurité d'Héraclite. Chacun l'interprétait en rapport avec son propre système. Au fond, de plus en plus, ce qui m'intéresse, c'est ce double intérêt permanent et pour l'Antiquité — Platon, Socrate, les présocratiques — et la modernité. C'est ce qui explique que j'ai été amenée à faire ce travail-là et avec cette méthode d'interprétation au second degré. Pourquoi au second degré? Parce qu'il y a déjà, par exemple, pour Socrate, les différents auteurs qui eux ont déjà chacun lu Socrate à leur manière. Socrate qui n'a pas écrit lui-même, a donc été lu à travers les textes d'autres. À travers Platon, Xénophon ou Aristophane, qui en ont déjà fait une interprétation. Après, il y a mon interprétation de leur interprétation. Ce qui fait qu'à mon tour, j'ai mon Socrate, mes Socrate(s). C'est pour cela que j'appelle cette méthode, une interprétation au second degré. Tout cela pour montrer que j'ai en fait une très grande continuité dans mon travail.

Deuxièmement, par rapport à mon autre centre d'intérêt, les femmes, ce n'est pas du tout exclu de ce livre-là, puisqu'en réalité, mon type d'interprétation que j'appellerais une interprétation au second degré, c'est une interprétation symptomale. Je veux dire que les différents écrits des différents auteurs que j'envisage dans leur réappropriation de Socrate, je les vois comme des symptômes de ce qu'ils sont eux-mêmes et des symptômes de leurs pulsions, à la fois au sens nietzschéen qu'au sens freudien du terme. Je montre, en particulier pour la figure de Socrate, que finalement si cette figure de Socrate les gêne tous d'une manière ou d'une autre, c'est parce que c'est une position atopique, déjà Platon le disait. [...] Cette position atopique, ou atypique dans le cas de Nietzsche, les gêne dans leur système. Et si cela les gêne, c'est parce que cela remet quelque chose en question dans leur propre équili-

bre pulsionnel et, plus particulièrement, dans leur relation aux femmes et à la féminité en eux. [...] Je ne suis pas une féministe engagée, ce qui m'intéresse c'est la femme à l'intérieur de la philosophie et le refoulement par les philosophes de la féminité en eux. Et quand ils ne refoulent plus, la transformation que cela entraîne dans leur propre système. Et je montre la même chose à propos de Socrate. À chaque fois, que ce soit pour Nietzsche, pour Kierkegaard ou pour Hegel, c'est cela qui est en jeu. Et alors symptomatiquement de cette chose, c'est par exemple déjà, le sort ou le non-sort donné à Xanthippe, la femme de Socrate. Pratiquement aucun d'eux, sauf Nietzsche qui lui donne comme rôle, un rôle extrêmement important au sens où étant donné que c'était une femme épouvantable, hargneuse et colérique, Socrate la fuyait et il était toujours dehors avec les hommes et c'est comme cela qu'il a été amené à inventer la dialectique. [...] Nietzsche en parle de cette manière-là, mais personne ne met en lumière le fait qu'il était bigame. Lorsqu'on lit des sources, c'est-à-dire Xénophon ou Diogène Laërce en particulier, Platon n'en parle que dans le *Phédon*, pour l'évacuer, et tous les autres font la même chose finalement; même Nietzsche, soi-disant l'anti-platonicien, fait pareil. On évacue les femmes et les enfants, ce n'est pas important et même le fait que Socrate soit bigame et qu'il était passionné [...]. Ce qui les intéresse tous beaucoup plus, c'est le couple qu'il forme avec Platon et la position plus ou moins féminine qu'il occupe dans ce couple [...]. En tout cas, une position oscillante et cela les gêne énormément, chacun dans son système. Tout cela pour vous dire qu'en fait, je ne perds aucun de mes centres d'intérêts habituels.

G.G.: *Votre livre, Sarah Kofman, comporte quatre parties: I- Les Socrate(s) de Platon; II- Le Socrate «Bifrons» de Hegel; III- Le Socrate de Kierkegaard; IV- Les Socrate(s) de Nietzsche. Mais n'accordez-vous pas une place privilégiée à Kierkegaard?*

S.K. : [...] Kierkegaard est privilégié en volume parce que lui-même a écrit un très gros livre sur Socrate (*Le concept d'ironie*[3]). Nietzsche est un petit peu partout et Platon, je le retrouve à l'intérieur de Kierkegaard. En plus, Kierkegaard répond à Hegel. D'autre part, Kierkegaard est le seul à avoir pris en considération, comme essentielle, l'ironie dans Socrate. L'ironie, c'est-à-dire ce qui les a tous gênés. L'ironie qui est inclassable. Mais cela ne veut pas dire que ma position est celle de Kierkegaard. Si... Parce que, ce que je montre, c'est que tout le monde élimine quelque chose dans Socrate. Lui, quand il insiste sur un Socrate totalement négatif, l'ironie, c'est quand même un point de vue chrétien chez lui. C'est essentiellement pour le bien distinguer du Christ d'un côté et de Platon de l'autre. Donc, il y a quelque chose en lui qui résiste à Socrate. Il résiste même à l'ironie [...] parce que l'ironie n'est qu'un moyen, c'est une vertu du commencement et ce n'est pas quelque chose à laquelle on devrait se tenir. Ce serait dépassé par le stade religieux et éthique. En ce sens, il y a une résistance à Socrate. Mais il a vu la place fondamentale de l'ironie quand même. [...] En tant que chrétien, Kierkegaard ne peut supporter, en particulier, dans l'ironie : la duplicité, la non-transparence [...].

G.G. : *Revenons, si vous le voulez, aux Socrate(s) de Platon et, plus particulièrement, au problème de l'interprétation du «connais-toi toi-même». Quel sens lui avez-vous accordé? Vous êtes-vous référé, pour votre interprétation, à l'*Alcibiade*?*

S.K. : Je n'ai pas accordé une place fondamentale à l'*Alcibiade*. J'ai fait le discours d'Alcibiade dans le *Banquet*. Je me réfère de temps en temps à l'*Alcibiade*, mais le «connais-

3. Publié en français par L'Oronte sous le titre de *Le concept d'ironie constamment rapporté à Socrate*.

toi toi-même» dans l'*Apologie de Socrate*, essentiellement où il en est question, renvoie à l'*autre*. Connais-toi toi-même, mais comme miroir. C'est quand même important cette idée, même si je n'en fais pas un très long développement, dans la mesure où ma lecture du *Banquet* de Platon et l'interprétation que je donne d'Alcibiade montrent, et c'est je crois assez original, que Socrate et Alcibiade sont des doubles l'un de l'autre. En particulier, Socrate représente la part d'Alcibiade qu'il n'a pas acceptée, c'est-à-dire le logos, et qu'il a projetée à l'extérieur de lui sous forme de Socrate, d'un double qui le persécute, qu'il recherche. Et si on se réfère à l'*Alcibiade* de Platon, on peut voir cela d'assez près, dans la mesure où Socrate dit à Alcibiade qu'on ne peut se connaître qu'à travers l'autre et dans le miroir de l'autre, et que tant qu'Alcibiade le fréquente, il ne perdra pas son âme. Donc en réalité, le miroir c'est le double. Et s'il ne peut se connaître sans Socrate, c'est parce que Socrate est son double en tant que logos, en tant que la partie intellectuelle de lui-même. J'ai montré très en détails comment, dans le *Banquet*, Alcibiade fuit Socrate parce qu'il se fuit lui-même et il ne veut pas de réconciliation. D'autre part, dans les images qu'il donne de Socrate, le Silène et le Marsyas, ce sont des images inversées de celles que Socrate donne de lui-même dans l'*Alcibiade*, c'est-à-dire, en particulier, du peuple. Il dit dans l'*Alcibiade*, qu'Alcibiade recherche le peuple qui a des beaux dehors mais dont l'intérieur est pourri. Socrate, lui, a des dehors laids et est beau à l'intérieur. Donc, il renverse l'image que Socrate donne lui-même du «démos» dans l'*Alcibiade*. En ce qui concerne le connais-toi toi-même, je montre comment les différents philosophes l'interprètent chacun à leur manière différente. C'est-à-dire que, à l'intérieur de Socrate et de Platon, on peut dire qu'on retourne à *n'oublie pas que tu es une pensée*, (l'âme comme pensée), et donc c'est justement ce rapport au miroir et qu'Alcibiade fuit et projette comme un double persécuteur. [...]

Pour Hegel, ce souviens-toi toi-même, c'est l'oracle d'Apollon qui le dit, et il voit ce souviens-toi toi-même comme l'appel au retour de l'intériorité. Il interprète déjà l'appel à la réminiscence platonicienne [...] comme le retour à la conscience, à l'intériorité [...], le retour à ce qu'il appelle l'oracle intérieur par opposition à l'oracle extérieur. Mais en même temps, Hegel montre que cet oracle intérieur, cet appel au souviens-toi toi-même est pensé comme oracle et, ce, parce qu'il se réfère à Xénophon comme source [...], et pas à Platon. Il en appelle donc à Xénophon et, à ce moment, il comprend le souviens-toi toi-même comme un appel à la conscience. Mais comme c'est le premier moment de la conscience qui n'est pas encore tout à fait conscience — elle commence seulement à s'éveiller —, cette intériorité, il la perçoit d'abord comme une voix intérieure, démoniaque, qui n'est pas perçue comme conscience. Donc comme un oracle intérieur qui s'oppose aux oracles extérieurs [...]. Il a été condamné pour cela, puisque c'était une autre forme d'oracle. Ensuite, il faut bien que dans sa dialectique, il montre qu'une fois Socrate mort, les Grecs lui ont édifié une statue et puis [...] on est passé à un stade supérieur de conscience. Donc une fois qu'il est mort, le phénix est né de nouveau [...], dans la mesure où en réalité ce qu'il apportait sans le connaître encore lui-même, c'était le principe de l'universel. Mais à ce moment-là, il a recours à Platon et non plus à Xénophon. Il y a donc chez Hegel, ce va-et-vient de sources, selon qu'il veut montrer une chose ou une autre [...]. Chez Kierkegaard, le connais-toi toi-même c'est le démon [...], le retour à soi est toujours un retour vers soi, comme rien, comme néant — c'est ironique [...]. Kierkegaard donne la version platonicienne du démon comme quelque chose de négatif, il se tourne vers le rien. Quant à Nietzsche, le démon prend lui aussi la lecture platonicienne [...]. Mais c'est aussi un démon inhibiteur, négatif qui arrête sur la voie de l'action. Il voit que l'idée du démon

chez Socrate apparaît à travers l'ironie de Socrate. Socrate qui prône toujours le retour à la raison, à la dialectique comme unique chemin de la vertu. À un moment donné, il faut prendre cela de façon ironique parce que Socrate savait très bien que la raison n'est pas quelque chose qui peut être un principe d'action et qui ne donne donc pas de fin. C'est un calcul, la raison, mais elle ne peut pas donner des fins. Il n'y a que l'instinct qui peut donner des fins. Et quand Socrate en appellerait au démon, ce serait pour montrer les limites de la raison. Et pour lui, le connais-toi toi-même, l'oracle d'Apollon ne veut surtout pas dire, ni connais-toi comme pensée, ni connais-toi comme conscience, ni connais-toi comme universel. Si c'était cela, Nietzsche dit qu'on aurait vite fait le tour de la conscience parce qu'elle est complètement superficielle, il n'y a rien dedans. Mais pour lui cela veut dire *connais les limites de la raison*, et derrière la raison, il y a les instincts. Seulement, deuxième point, et c'est là que cela ne va plus, il en appelle à l'instinct contre la raison, mais seulement il voit l'instinct de façon négative, inhibitrice, et cela c'est le symptôme de la décadence de Socrate. Il est décadent parce que, alors que l'instinct est toujours positif et la conscience critique est dissolvante, il fait l'inverse.

G.G.: *Où se logerait alors le «vrai» Socrate? On le devine bien, il n'y en a pas...*

S.K.: Il n'y en a pas. À chacun son Socrate toujours en rapport aux textes qui sont soit de Platon, de Xénophon ou d'Aristophane. Kierkegaard montre admirablement comment chacun des trois dites sources sont déjà des Socrate(s) vus à travers un stéréoscope différent, mises en relief différentes [...]. Autant Nietzsche et Hegel se servent de Xénophon, autant Kierkegaard en a horreur parce qu'il montre un Socrate complètement ennuyeux, boutiquier, calculateur, utilitaire, trop positif dans le sens positiviste du terme. Platon au contraire l'a trop idéalisé — comme

l'a montré Nietzsche. Et quant à Aristophane, pour Kierkegaard, c'est la source la meilleure parce qu'elle a bien montré un Socrate complètement négatif. Mais, il montrera bien qu'Aristophane ne l'a pas réduit à la figure d'un sophiste. Car pour Kierkegaard, le sophiste est encore une figure positive puisqu'elle renvoie toujours en dernière analyse à l'utile [...].

G.G. : *Nous sommes bien éloignés d'une interprétation «psychologique» du connais-toi toi-même; comment expliqueriez-vous alors la tendance qu'on a aujourd'hui à voir le connais-toi toi-même comme un acte introspectif?*

S.K. : Si on rattache le connais-toi toi-même à la psychologie, on transforme l'acte réflexif en introspection [...]. D'autre part, déjà réinterprété par Descartes, le connais-toi toi-même, on voit bien que le cogito est un acte de la pensée, ça n'a jamais été un acte d'introspection. Je me demande comment on tombe dans cette aberration. Je crois que l'erreur doit venir du fait qu'il y ait une adresse, une adresse avec un *tu* — connais-*toi toi*-même. Or, au niveau de l'universel ce n'est pas un *toi*, pas un *je*. Je crois que l'erreur doit venir de là. C'est cet impératif apostrophique, si j'ose dire, qui est devenu catastrophique, parce qu'on a entendu, connais-*toi toi*-même. C'est un appel à un retour sur soi comme individu. Ce qui est curieux, c'est qu'il y ait un appel à travers un tutoiement. Alors, c'est de l'ordre de l'impératif moral, parce que quand c'est un impératif moral, il y a toujours une adresse directe à un sujet parce que c'est lui qui est responsable d'une action et personne d'autre. Donc, l'impératif kantien, par exemple, l'impératif moral est toujours un impératif qui s'adresse à l'individu : fais ceci... agis de telle sorte. Quand il s'agit d'une action, l'impératif c'est toujours une voix qui s'adresse nécessairement à un individu même si cet individu doit obéir à une loi qui, elle, est universelle et qui est la loi de la raison. Mais le passage de l'universel de la loi, en tant

qu'impératif, à la réalisation de cet impératif, passe nécessairement par une action individuelle. C'est pourquoi la loi passe par un mobile. Il y a le principe, le motif, le mobile chez Kant, et le mobile c'est ce qui permet de passer du principe universel à la maxime. Et le mobile en tant que sentiment — même si c'est un sentiment *a priori* —, le respect s'adresse à un individu [...]. Et je pense que le connais-toi toi-même est donné comme un impératif moral. Et la figure de Socrate, c'est celle du fondateur de la morale. [...] C'est : connais-toi toi-même comme quelqu'un qui est autonome. C'est toi qui vas donner la décision de ton action et tu n'auras plus à obéir à la loi de la cité. C'est en tant que cela passe par un impératif de la morale et comme fondateur de la morale. Même si on le voit comme un oracle intérieur, l'oracle intervenait dans l'action et pas dans la pensée. Ensuite, quand on passe du connais-toi toi-même comme quelqu'un capable d'agir en prenant ses décisions, quand ça passe au niveau de l'universel, on a tendance à le psychologiser parce que cela s'adresse à un individu. C'est là l'erreur. Ce qui est étonnant aussi c'est de rapprocher la maïeutique socratique avec la psychanalyse. Ça n'a aussi rien à voir [...]. Dans la maïeutique, ce qui est important c'est l'interrogation, le questionnement qui va éliminer peu à peu les opinions fausses, en tout cas, faire qu'on les expose pour voir si elles sont viables ou non. C'est une exposition à l'extérieur pour légitimer l'enfant qui nait [...]. Dans la psychanalyse, ce n'est pas du tout ce qui se passe. Le psychanalyste se tait, ne pose aucune question. C'est l'autre qui parle tout seul. Alors, ça n'a rien à voir avec la dialectique, rien à voir avec la maïeutique [...]. Il y a des déviations qui se produisent de façon tout à fait étonnante. Et là je crois que le rapprochement passe par le problème du transfert parce que dans les deux cas il y a transfert, et s'il y a transfert dans l'un comme dans l'autre, ça passe par le silence, par l'aveu de non savoir de Socrate. Le maïeuticien est stérile, il le dit

qu'il fait accoucher les autres, mais qu'il n'apprend rien. Tout ce qu'il sait c'est qu'il ne sait rien et c'est aux autres de parler. En tant que tel, c'est un personnage silencieux. Moins il le sait, moins il déclare savoir, plus les autres lui transfèrent le savoir. C'est le cas d'Acibiade et de tous les autres. La figure de Socrate comme figure de la maîtrise vient de son désaveu de maîtrise. Au niveau de la psychanalyse, c'est le silence de l'analyste qui fait que — quand c'est interprété par Lacan — le psychanalyste se présente comme le «supposé savoir» précisément parce qu'il se tait. Alors moins on donne, plus l'autre vous donne [...]. La psychanalyse n'a rien à voir avec un accouchement.

G.G.: *Sarah Kofman, on ne peut nier aujourd'hui la séduction qu'exerce Socrate au niveau de la réflexion philosophique. Il est souvent présenté comme la figure même du philosophe et, à ce titre, il joue un rôle extrêmement important dans l'apprentissage de la philosophie. Votre ouvrage ne pourrait-il pas être utilisé comme instrument pédagogique?*

S.K.: Quand on est professeur de philosophie au Secondaire (j'ai quand même enseigné dix ans au Secondaire, à des étudiants qui n'ont jamais fait de philosophie), on connaît surtout Socrate à travers Platon et on voit Socrate comme la figure même du philosophe [...]. C'est déjà une figure réappropriée par Platon qui érige Socrate en maître précisément parce qu'il n'est pas un maître. Et quand on fait le travail à fond comme je l'ai fait, on s'aperçoit que loin d'être la figure type du philosophe, il est justement celui qui résiste à toute philosophie, et c'est cela qui est extraordinaire comme découverte. Il est celui dont aucun philosophe ne sait quoi faire et qui résiste à tout système, à toute philosophie. Et comme le dit Hegel, Kierkegaard, Socrate n'a pas de philosophie. Il n'a rien à affirmer, il n'a pas de système. Il ne fait qu'accoucher. C'est donc l'inverse du philosophe. Quant à Hegel — qui est celui qui veut lui donner la plus grande place —, il en fait le tournant

fondamental de l'histoire, de l'esprit, mais ce n'est pas le tournant de l'apparition du philosophe mais c'est plutôt l'apparition en tant qu'apparition [...]. Il est encore pris complètement de l'autre côté, c'est pourquoi il reste immobile. Cette immobilité extatique est interprétée comme une maladie, une maladie nécessaire de l'esprit [...]. Or, quand on a des élèves en classe terminale, on ne veut pas du tout qu'ils tombent dans l'immobilité extatique ni qu'ils entendent des voix démoniaques. On voudrait les faire passer directement de la non-philosophie à la philosophie. Et ce que montre très bien Hegel, c'est que ce passage n'est pas possible de cette manière [...]. On vient à penser en pensant et, si on passe de la non-pensée à la pensée, cela ne va pas. Et ce qui est très étonnant, c'est que cette figure de Socrate n'est pas la figure du philosophe, sauf chez Platon. C'est le Socrate de Platon qui le fait la figure du philosophe [...]. Il n'a pas du philosophe une figure de quelqu'un qui affirmerait un savoir mais le philosophe comme amour, comme amour du savoir et donc comme recherche. Le philosophe comme recherche, comme pur questionneur et pur penseur. Et c'est comme cela qu'il faut le voir. Si on a une conception de la philosophie comme Hegel comme savoir absolu, alors ce n'est surtout pas cela. C'est la figure du questionnement indéfini [...]. Ce qui est intéressant à montrer aux élèves c'est que pour toute conception de la philosophie comme système, comme savoir, il n'est pas récupérable et quand on veut le récupérer, on en fait quelque chose d'autre. [...] Le problème est de savoir si nous pouvons avoir encore aujourd'hui la même conception du philosophe que celle de Platon. Parce qu'en fait, c'est le Socrate de Platon qu'on a là. Est-ce qu'on peut avoir comme philosophie, une philosophie interrogative, une recherche qui n'aboutit à rien? Mais si on en croit Kierkegaard, et je suis très près de Kierkegaard là-dessus, c'est de faire une grande différence entre Socrate et Platon; un Socrate purement interrogatif et apo-

ritique, et un Platon qui essaierait de donner un certain savoir, ne serait-ce que sous forme mythique.

* * *

Cette entrevue s'est terminée sur une note d'enthousiasme. En faisant référence au travail et à la recherche qui resterait à entreprendre autour de la représentation du Socrate dans l'art. Plus particulièrement dans la peinture et la musique. N'y aurait-il pas lieu par exemple, comme l'a montré Jankélévitch, de rapprocher l'ironie de Socrate et celle d'Erik Satie? Il s'agirait d'un excellent prétexte pour réunir la philosophie et la musique.

Ghyslaine Guertin
Professeure au département de philosophie
du CEGEP Édouard-Montpetit

AVEZ-VOUS LU?

LA PETITE REVUE DE PHILOSOPHIE

AUTOMNE 1988

LA CONNAISSANCE DE SOI

La vision comme connaissance de soi
(Pierre Bertrand)

Trop près, trop loin
(Marc Chabot)

Philosophie et connaissance de soi
(Réal Rodrigue)

Les *Confessions* de saint Augustin et
l'avènement de la subjectivité
(Claude Giasson)

Naissance de personne
(Pierre Gravel)

Le principe freudien chez Borduas
(Marie Carani)

Le portrait et la connaissance de soi
(Monique Langlois)

Connaissance de soi, connaissance de moi
(Claude Morali)

MICHEL MAFFESOLI au QUÉBEC

Une autre logique de l'être-ensemble
(Michel Maffesoli)

Volume 10, numéro 1

Ouvrages reçus

Livres :

PARIS, Claude. *Éthique et Politique*, Québec, éd. C.G., coll. «Idées claires», 1985, 215 p.

_____. *Le discours religieux*, Québec, éd. C.G., coll. «Idées claires», 1988, 76 p.

_____. *La liberté*, Québec, éd. C.G., coll. «Idées claires», 1988, 67 p.

PARIS, Ginette. *L'inconscient*, Québec, éd. C.G., coll. «Idées claires», 1988, 66 p.

POISSANT, Louise. *Machinations*, Montréal, La Société d'esthétique du Québec, 1989, 127 p.

SIMARD, Jocelyne. *Sentir, se sentir, consentir*, Montréal, l'Hexagone, coll. «Positions philosophiques», 1985, 95 p.

Périodiques :

Analogía, «Revista de filosofía», Mexico, nº 2, juillet-décembre 1988.

Communication & Cognition, Belgique, vol. 21, nº 2, 1988.

Metalogicon, Rome, vol. 1, nº 1, 1988.

Philosopher, nº 7, Département de philosophie, CEGEP du Vieux Montréal, 1989.

Stop, nº 10, «Nouvelles, récits, contes», Montréal, P.A.J.E., janvier-février-mars 1989.

PHILOSOPHER

numéro 7 — 1988

Abonnement pour 1989 : 2 numéros
Régulier : 15$ — Étudiant : 10$ — Institution : 30$
Étranger : États-Unis, US $15. Autres, 18$
C.P. 515, succ. Bourassa, Montréal, Qc, H2C 3G8

SOMMAIRE

ENTRETIENS

Lecture et interprétation
entretien avec Marc-Alain Ouaknin
(Claude Lévesque)

Dialectique et société
entretien avec Michel Freitag
(Madeleine Ferland)

Démocratie et moralité publique
conférence de Paul-André Comeau

ARTICLES

— Formation générale et philosophie
(Pierre Cohen-Bacrie)
— Méditations sur le temps
(Pierre Bertrand)
— Symbolique du pouvoir
(Jean-Marie Therrien)
— Du scepticisme au béhaviorisme
(Philippe Thiriart)
— La Perestroïka et ses dangers
(Michel Mongeau)
Reconnaître des acquis en philosophie
(Jean-François Martineau)

COMPTES RENDUS DE LECTURE

Page publiée aux termes d'un accord d'échanges entre
La petite revue de philosophie et *Philosopher*.

La revue TIRÉS À PART
La psychologie et son enseignement

volume 9, 1988 — 7$

François Berthiaume, département de psychologie
Collège Bois-de-Boulogne, 10 555 av. de Bois-de-Boulogne
Montréal (Qc), Canada H4N 1L4

SOMMAIRE

— Entrevue avec le professeur Rémy Chauvin : parcours d'un parapsychologue
— Différenciation précoce de l'activité motrice et des expressions émotives selon le sexe
— L'émergence des techniques de l'auto-contrôle durant la troisième année de la vie
— Entre Ève et Jocaste
— Étude exploratoire des modalités de fonctionnement de sept groupes de croissance personnelle
— L'étude des verbalisations pendant le jeu par «la pensée à voix haute»
— Utilisation de la méthodologie Q-Sort pour l'étude de l'attachement chez des enfants québécois de deux ans
— L'acceptation des résultats à un test de personnalité
— Le subliminal : un mythe moderne !

Compte rendu du stage de perfectionnement de l'Association des professeurs de psychologie du réseau collégial québécois (juin 1988)

Page publiée aux termes d'un accord d'échanges entre *La petite revue de philosophie* et *Tirés à part.*

SOMMAIRES DE LA PETITE REVUE DE PHILOSOPHIE

Vol. I, nº 1, automne 1979

G. Bataille, *La «relation» dans l'œuvre de Proust.* P. Thiriart, *Le triangle et l'esprit.* J. Boisseau, *«As-tu un p'tit mille à placer?»* A. Robard, *Le nucléaire et l'opinion publique.* J.-L. Le Scouarnec, *Les mots d'elle.* J.-P. Cardinal, *Aperçu sur l'ésotérisme.* J.-P. Daoust, *Le trou noir comme symbole/figure d'approche critique.* R. Rodrigue, *Sauvages ou Civilisés?* N. Vincent, *Les frustrés 2.* C. Beausoleil, *Un travail de critique fictionnelle.* J. G. Ruelland, *À propos de Thomas More.*

Vol. 1, nº 2, hiver 1980

B. Purkhardt, *Éros Castré. Une réflexion sur le roman dit érotique.* P. Blackburn, *Commentaire sur «Le nucléaire et l'opinion publique» d'André Robard.* C. Beausoleil, *Idéologie du roman policier.* P. Bertrand, *Méditations.* J.-P. Daoust, *Gélinas et Tremblay ou la famille «all dressed».* J. Brochu, *Regards sur l'activité scientifique contemporaine.* A. Saumier, *La communication : échec et mat.* S. Pinard, *Colloque pour la Jeune Philosophie Québécoise.*

Vol. 2, nº 1, automne 1980
Jean-Paul Sartre à Montréal en 1946

P. Thiriart, *Les positions épistémologiques des collégiens en sciences humaines.* L. Armantier, *Discours scientifique et néologie.* R. Clément, *La sagesse, un art non duel.* C. Gagnon, *L'amour conjugal contre l'amour scortatoire.* P. Bertrand, *Réflexions inactuelles.* J. G. Ruelland, *La controverse Habermas-Popper.* R. Houde, *Sartre ici.*

Vol. 2, nº 2, printemps 1981
Tableaux d'époque

J.-P. Boutin, *Énergie cosmique et sexualité chez Wilhem Reich.* J. Brochu, *Sade ou le langage terroriste.* C. Beausoleil, *Roland Giguère : les textes de l'œil.* P. Thiriart, *Jean Piaget : déconversion philosophique et domination sociale.* G. Laberge, *La sagesse, une dimension de notre être.* J.-P. Daoust, *Tableau d'époque.* A. Moreau, *Manifeste d'un philosophe jovialiste.* P. Bertrand, *Pourquoi le virage à droite?* B. Sokoloff, *Le cégépien face à la méthode audio-tutorale.* D. Bergeron, *Note sur le vol. 2, nº 1 de «La petite revue de philosophie».* P. Bertrand, G. Laberge, *Colloque de Philosophie au CEGEP Édouard-Montpetit : le 24 avril 1981.*

Vol. 3, nº 1, automne 1981
La tentation de séduire...

M. Chabot, *Les femmes et les enfants sont arrivés.* J.-P. Losson, *Psychanalyse et efficacité thérapeutique.* C. Girouard, *De la substance.* P. Bertrand, *L'élément conflictuel dans les relations.* J.-C. Brès, F. Leroux, *Des figures de pédagogues.* A. Klimov, *Philosophie et dissidence.* A. Murphy, *Est-ce qu'il existe une éthique marxiste?* P. Beaudoin, *Présentation d'un répertoire des ouvrages ésotériques déposés à la Bibliothèque nationale du Québec.*

Vol. 3, nº 2, printemps 1982
Comment être révolutionnaire, aujourd'hui?

COLLOQUE : «Comment être révolutionnaire, aujourd'hui?» — F. Caron, *Allocution à l'ouverture du colloque.* F. Raymond, *Une série de révolutions.* P. Chamberland, *Nécessité d'un nouvel héroïsme.* N. Tremblay, *Le yoga et la révolution.* P. Turcotte, *L'individu, ses pouvoirs, sa puissance.* L.-C. Denault, *La théorie du pouvoir politique chez Pascal.* M. Malette, *Pour une sagesse révolutionnaire.* R. Savoie, *L'arévolution immobile.* A. Bouchard, *Comment le désir homosexuel peut être révolutionnaire?* J.-P. Daoust, *Le quotidien comme prise d'otage.* J. Simard, *À propos du féminisme.* P. Bertrand, *Le féminisme.* C. Lagadec, *Comment peut-on être révolutionnaire, aujourd'hui?*

Vol. 4, nº 1, automne 1982
La lecture difficile

N. Corbeil, *Roland Barthes : la traversée de l'imaginaire par un sujet incertain.* D.-I. Ross, *Difficultés d'approche de l'œuvre de Francis Ponge.* J. G. Ruelland, *Machiavel est-il machiavélique?* M. Dufour, *La physiologie du goût de Brillat-Savarin.* C. Beausoleil, *Lire pour lire, la poésie en Revues depuis 10 ans.* C. Gagnon, *Langue et Nation ou Langage et Région.* P. Thiriart, M. Legault, *The P.T. Barnum Effect ou les pièges du moi.* J. Babin, *Femmes et philosophie.* A. Lavallée, *Édouard Montpetit (1881-1954).*

Vol. 4, nº 2, printemps 1983
La philosophie polonaise contemporaine

G. Guertin, *La poïétique de Glenn Gould (1932-1982).* M. Chabot, *Pour sortir le sexisme de nos têtes.* F. d'Apollonia, *Tristan cousu de fil blond.* C. Bertrand, *L'ami du couple.* C. Girouard, *Plus-value, créativité et maternité (Si Luther était né à l'Est).* P. Corbeil, *Journal d'une visite au lieu de fouilles des Deux-Chutes.* J.-C. Brès, *Dépêche. L'enseignement de la philosophie en péril : le nouveau règlement des études collégiales.* J. Gornicka, A. Kawczak, *La philosophie polonaise au XXe siècle.* N. Guèvremont, L. Simard, *La révolution politique en Pologne et dans les pays de l'Europe de l'Est.* R. Hébert, *Philosophie politique sur le mode pragmatico-desperado.* R. Houde, *Réalité québécoise et formation policière.* F. Blanchard, *Classification et interprétation des fragments d'Héraclite.*

Vol. 5, nº 1, automne 1983
Les sciences de la vie

M. Bunge, *De la neurologie sans âme et de la psychologie sans tête à la neuropsychologie.* D. J. Roy, *Les traditions morales devant le pouvoir scientifique.* J. G. Ruelland, *Introduction à la sociobiologie.* P. Thiriart, *L'équivoque de la psychosomatique ou le psychisme inexistant.* S.-A. Crête, *L'émergence de la vie sur une planète nommée «Terre».* D. Hébert, *La conception de l'homme dans la médecine traditionnelle chinoise.*

TÉMOIGNAGES : R. Tougas, *La médecine familiale d'antan.* C. Nadeau, *Triste scénario des adolescentes filles-mères, version d'aujourd'hui.* M. Phaneuf-Letellier, *Le rôle du nutritionniste dans le domaine de la santé.* J. Blouin, *Émergence et espoir des psychotechniques.* J.-C. Paquette, *Médecine expérimentale : la thérapie insulino-cellulaire.*

Vol. 5, nº 2, printemps 1984
Le cercle de la culture

R. Rodrigue, *La philosophie du «grand cercle».* M. Lavoie, *Lecture de «L'Utopie».* M. Morin, *Crise de l'imaginaire?* C. Bertrand, *Jean-Jacques et l'imaginaire.* G. Raulet, *Le rôle des «sciences de la culture» dans une science sans domination.* A. Massé, D. Babin, J.-F. Méthot, *Comment concilier savoir, existence et utopie?* P. Bertrand, *Couples.* D.-I. Ross, *La symbolique de l'eau dans «Le chant du monde» de Jean Giono.* L. Langevin, *Le mauvais genre.* M.-P. Désaulniers, *Une nouvelle lecture du Féminin chez Teilhard de Chardin.*

Vol. 6, nº 1, automne 1984
Jean Molino sur la poésie/Joseph Catalano sur Sartre

J. Molino, *Esquisse d'une sémiologie de la poésie.* J. S. Catalano, *Bonne et mauvaise foi, notions faible et forte.* J. G. Ruelland, *Introduction à la lecture de George Orwell.* G. Fredette, *À l'origine de la notion d'amour en Occident.* L. Abraham, *La dynamique de la guerre chez Hobbes.* P. Bertrand, *Pour un pacifisme viscéral.* L. Vigeant, *Lecture de «L'Innommable» de Samuel Beckett.*

Vol. 6, nº 2, printemps 1985
L'intellectuel américain

R.W. Emerson, *L'intellectuel américain.* M. Morin, *Mourir... une fois de plus.* R. Tremblay, *Le débat actuel autour de la philosophie marxiste.* C. Gohier, *Femme et philosophie au Québec.* P. Thiriart, *Une douloureuse théorie du plaisir.* F. Raymond, *L'absence de pensée chez Nietzsche et Castaneda.* C. Beausoleil, *Duras, l'amant, le public.*

Vol. 7, nº 1, automne 1985
Duchamp — Jung — Occam

G. Drainville, *Les rêves et leur finalité dans la perspective jungienne.* R. Rodrigue, *Approche de la peinture chinoise.* F. Raymond, *Sombre précurseur Duchamp ou Constance du Jéricho.* Y. Pouliot, *Lorsque Descartes se joint à la danse de Shiva.* C. Panaccio, *La philosophie analytique au Moyen Âge.* L. Langevin, *Lecture/écriture au féminin.* P. Thiriart, *Les implications philosophiques d'une douloureuse théorie du plaisir.* P. Bertrand, *Le «guerrier» et l'apologie de la guerre.*

Vol. 7, nº 2, printemps 1986
L'héritage d'Edward Sapir

R. Nadeau, présentation de *L'héritage d'Edward Sapir (1884-1939).* G. Bibeau, *La contribution de Sapir à l'étude du langage.* D. Fielding, *L'hypothèse Sapir.* C. Gagnon, *Commentaires sur les contributions de Gilles Bibeau et de David Fielding.* A.G. Turcotte, *Enseigner la linguistique ! Quoi enseigner? Comment enseigner?* B. Purkhardt, *Les trois coups de la communication théâtrale*, P. Desjardins, *1976/1986 Heidegger dix ans après... le possible de l'impossible.* R. Houde, *Notule sur une édition privée de «Être et temps».* C. Savary, *Idéologie et utopie dans le «De Monarchia» de Dante.* F. Giroux, *Le féminisme sera-t-il au rendez-vous du Grand Soir?*

Vol. 8, nº 1, automne 1986
Au Québec ! Au XIXe siècle !

M. Chabot, *Les philosophes à la triste figure.* A. Vidricaire, *Les débuts de l'économie politique et la question du libre-échange.* H. Malouin, *Le libéralisme : 1848-1851.* D. Leclerc, *Une trace allemande insoupçonnée au cœur de notre XIXe siècle.* A. Cadet, *Les «lectures» d'Étienne Parent : une lecture.* M. Langlois, *Foi et raison chez T. A. Chandonnet (le problème d'une traversée).* C. E. Perreault, *Marc Sauvalle, un journaliste rebelle.* R. Houde, *Dominique-Ceslas Gonthier, o.p., 1853-1917 : perception et réception.*

Vol. 8, nº 2, printemps 1987
L'esprit ou le cerveau?

J.J. Zéphir, *Jean-Paul Sartre et Simone de Beauvoir : une relation de couple authentique.* P. Thiriart, *Historique du matérialisme. Introduction au dossier.* P. Bertrand, *La pensée et le corps.* M. Legault, *L'anti-cogito : je le pense, donc je le suis.* P. Thiriart, *Le cerveau et la croyance nécessaire.* A. Morin, J. Everett, *L'unité de la connaissance de soi et le dualisme remis en cause.* A. B. Marchand, *Le geste du regard dans «Courtepointes» de Gaston Miron.* J.-L. Le Scouarnec, *Entre le sommet et l'abîme.* Y. Lamonde, *Le destin de Descartes au Québec (1665-1920) et la tradition philosophique occidentale.*

Vol. 9, nº 1, automne 1987
L'idée de la postmodernité

J. Mitscherling, *Reformulation de l'alternative gadamérienne au postmodernisme.* S. Foisy, *Entre le chef-d'œuvre de la critique et le «bad painting» de la philosophie.* M. Ferland, *Légitimité et postmodernité : l'exemple du syndicalisme.* F. Raymond, F.-M. Bertrand, *Post modernum omne animal triste.* M. La Chance, *Le postmodernisme est-il généré par la critique?* A.M. Hjort, *De l'esthétique : entre la jouissance et la critique.* M. Carani, *Propositions critiques de la peinture post-moderne.* J.-P. Guay, *Notes sur l'esthétique post-moderne et l'architecture.* G. Guertin, *À propos de l'enregistrement «Montréal Postmoderne» : vers un équilibre entre la production et la réception de l'œuvre musicale.* F.-M. Bertrand, F. Raymond, *Bibliographie sur le Moderne et le Postmoderne.* René Payant, *L'enseignement rieur de Mikel Dufrenne.*

Vol. 9, nº 2, printemps 1988
Autour de James Hillman

B. Purkhardt, *Autour de James Hillman.* G. Paris, *Qui est James Hillman?* J. Hillman, *La culture et la chronicité du désordre.* L. Lasnier, *James Hillman et l'alchimie.* G. Drainville, *À l'entour du diable, dansons à l'entour.* J.-P. Daoust, *Dracula et Narcisse.* H. Marchand, *Vraisemblance et représentation dans la fiction.* M. Maillé, *L'Être de l'apparence ou la kaloprosopie péladane.* H. de Peyrac, *Du Tantrisme.* G.-A. Tessier, *L'idée de science chez Freud : rupture, ambivalence et regrets.*



Des lectures sur mesure

Pour les curiosités éveillées, 48 revues culturelles en lien direct avec la création et la réflexion critique dans tous les domaines : littérature, cinéma, théâtre, danse, musique, arts visuels, histoire et philosophie...

Un choix varié de revues qui portent un regard québécois nouveau sur la culture d'une société en transformation et vous informent sur les événements culturels de prestige et/ou d'avant-garde.

Les revues culturelles

Annales d'histoire de l'art canadien • Apropos • Arcade • Aria • Cahiers • Cap-aux-Diamants • Copie Zéro • Continuité • Dérives • Espace • Esse • Estuaire • Études françaises • Études littéraires • Herbes rouges • Imagine... • Inter • Interculture • Jeu, cahiers de théâtre • Lettres québécoises • Liaison • Liberté • Lurelu • Mœbius • Nbj • Nuit blanche • Parachute • Passages • La petite revue de philosophie • Philosopher • Possibles • Protée • Québec français • Recherches amérindiennes au Québec • Le Sabord • Séquences • Solaris • Sonances • Spirale • Stop • Trois • Urgences • Ven'd'est • Vice Versa • Vie des Arts • 24 images • Voix et images • XYZ



**Pour trouver lecture à votre mesure,
recevez gratuitement le répertoire
des revues culturelles québécoises en écrivant à :**

L'ASSOCIATION DES ÉDITEURS DE PÉRIODIQUES CULTURELS QUÉBÉCOIS (AEPCQ)

C.P. 786, Succursale Place D'Armes, Montréal (Québec) H2Y 3J2

BON DE COMMANDE

Volumes déjà parus de *La petite revue de philosophie*
Cochez les numéros correspondant aux volumes que vous désirez recevoir :

Volumes : 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Numéros : ( )
1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2

Quantité : _____ X 6,00 $ (prix unitaire) = _____ , _____ $

Abonnement annuel (2 numéros)

Particulier	**Étudiant**	**Institutionnel**	
12,00 $	10,00 $	18,00 $	= _____ , _____ $

Ci-joint un chèque ( ), mandat postal ( )

au montant de _____ , _____ $

Nom _____ Profession _____

Adresse _____ Ville _____

Code postal _____ Nom de l'institution _____

Veuillez faire parvenir ce bon de commande à :

Secrétariat général — Collège Édouard-Montpetit
945, chemin de Chambly, Longueuil, Qc, Canada, J4H 3M6

Achevé d'imprimer
en avril 1989 sur les presses
des Ateliers Graphiques Marc Veilleux Inc.
Cap-Saint-Ignace, Qué.

Psychologie et connaissance de soi

Liminaire III

«Je l'ai toujours su» :
la reconnaissance de soi en psychothérapie
Marc-André Bouchard 1

Connaissance de soi et réussite du couple
Richard Hould 17

La connaissance de soi
d'un point de vue socio-cognitif
Philippe Thiriart 37

La connaissance de soi : Être ou Valoir
Jacques Py et Alain Somat 53

Les fondements de la connaissance de soi
du point de vue béhavioriste
Esteve Freixa i Baqué 67

Connaissance de soi et inconscient :
vers un paradigme de complexité éco-systémique
Alain Lavallée 83

La «présence» de l'acteur au théâtre
Maryvonne Saison 107

RENCONTRE avec SARAH KOFMAN

Autour de *Socrate(s)*
Une entrevue de Ghyslaine Guertin 117

Ouvrages reçus 133

Sommaires de *La petite revue de philosophie* 137

En couverture: *Autoportrait*, Marcella Maltais (1972)
Galerie d'art Lavalin, Montréal

Vol. 10, nº 2

La petite revue de philosophie

PRIX: 6,00 $