

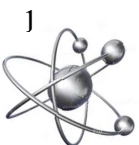


Essai de psychologie générale.

Métaphysique de la Conscience : le Soi et l'Égo.

Alexandre JEAN

Juillet 2019



Essai de psychologie générale.
Métaphysique de la Conscience : le Soi et l'Égo.

Alexandre JEAN.

Juillet 2019.

Table des matières.

Chapitre I : L'inconscient collectif.

Chapitre II : La personnalité sociale.

Chapitre III : Le Soi.

Chapitre IV : L'Égo.

Chapitre V : Les pathologies sociales.

Chapitre VI : Analyse psycho-sociologique de notre organisation socio-économique.

À mon ami Théophile,

Introduction.

« Il y a une différence entre connaître le chemin et arpenter le chemin. » Morphéus, film Matrix.

L'expérience, voilà le seul chemin qui mène à la vérité. C'est pourquoi j'ai choisi cette citation pour commencer ce livre car je veux signifier que seul son propre vécu est la clé de la connaissance et de la compréhension de soi. La question de la quête de soi est loin d'être nouvelle, à chaque époque des penseurs ont élaboré une méthode, un système qui leur apportaient certaines réponses sur le sujet.

Que ce soit des croyances, qui par la suite devinrent des religions ou que ce soit à l'époque du « siècle des lumières » avec l'émergence de la science moderne, cette question a toujours été d'actualité.

De nos jours, l'intérêt que porte notre société au développement personnel, avec un retour d'une spiritualité New-Age et un secteur économique en plein essor, nous montre que la quête de soi est une des questions centrales pour une partie de la population.

Dans ce livre, je pose des hypothèses sur la psyché humaine et son fonctionnement. Bien sûr, ce n'est qu'une théorie qui n'a pas le but d'être la meilleure ou la vérité absolue mais je souhaite qu'elle interroge, qu'elle soulève des questions voir qu'elle propose certaines remises en question sur la manière d'appréhender l'Homme. Si je dis cela, c'est que j'introduis une dose de spiritualité dans cette théorie de la psyché, au sens holistique du terme, c'est-à-dire une métaphysique telle que nous sommes plus que ce que nous pensons être.

Pour construire cette théorie, je m'appuie sur deux disciplines des sciences humaines qui sont la psychologie et la psychologie sociale. La première s'intéresse aux fonctions psychiques internes du sujet, la seconde explique les comportements de l'individu au sein d'un groupe. En effet, nous nous développons sur deux plans, intrapsychique et interpsyché. Ainsi, pour se connaître soi-même, il nous faut articuler les concepts de ces

deux sciences pour atteindre notre objectif : la compréhension de soi.

Depuis longtemps je m'interroge. Je me demande qui je suis vraiment. Pourquoi suis-je là. Quels effets ont mes comportements sur les autres, etc.

Par ailleurs, je suis stupéfait par la présence constante du conflit dans notre vie qu'il soit interne ou externe. Ainsi, depuis longtemps je voulais en connaître les raisons, leurs origines.

L'observation que j'ai pu faire tout au long de ma vie des relations humaines m'a amené à constater la difficulté d'inter-agir avec l'Autre. Ces interactions sont très souvent une source de conflits qui génèrent chez la plupart des individus un mal-être plus ou moins intense.

D'ailleurs, ces situations conflictuelles se rencontrent dans toutes les sphères dans lesquelles évoluent l'individu que ce soient dans la famille, dans le monde professionnel ou pendant des loisirs et autres activités annexes. Le conflit est tellement présent dans notre société qu'il crée des perturbations psychologiques plus ou moins fortes selon les personnes.

Certes, ces troubles produisent des maladies ou des états pathologiques mais pour certaines apparaissant ces dernières années, elles posent un problème de diagnostic. Non pas sur leurs symptômes, mais plutôt sur leur origine, organique ou psychologique, comme la fibromyalgie ou la neuro-algodystrophie.

Pour trouver des réponses à mes questions, je me suis intéressé aux sciences qui étudient l'Homme, mais aussi aux Textes sacrés comme la Bible et le Coran qui sont du domaine de l'ésotérisme mais qui le racontent.

Les sciences humaines existent comme sciences depuis le milieu du XIX^{ème} siècle, ce sont des sciences jeunes comparées à la biologie, la médecine ou la physique. La psychologie se sépare de la philosophie à la moitié du XIX^{ème} siècle. Cette science est au début de son histoire et je pense que nous avons encore beaucoup à chercher et apprendre de la psyché.

De plus, les sciences humaines telles que la psychologie et la psychologie sociale évoluent avec la société comme les individus. Vu que l'individu se construit psychologiquement en fonction de l'organisation de la société dans laquelle il vit, alors

si la société change, sa construction psychologique se modifie en fonction.

Depuis la deuxième topique de Sigmund Freud en 1920, cela fait un siècle, l'individu a évolué surtout dans les sociétés dites occidentales du fait de leur évolution technoscientifique.

Sans rejeter ses travaux qui sont en grandes parties toujours d'actualités, vu qu'il a posé les bases de la psychologie, quoi qu'on en dise, chercher à contribuer à l'évolution de cette science pour laquelle j'ai un grand intérêt me semble pertinent.

Pour ma part, la compréhension de soi ne peut pas se faire uniquement sur un plan psychologique, car la psychologie sociale participe indubitablement à éclairer la construction de l'individu. Il est donc impératif de faire cette analyse sur ces deux niveaux pour pouvoir appréhender au mieux notre personnalité.

La construction psychologique de l'individu se développe à partir de sa relation à l'Autre. Ainsi, les concepts de la psychologie sociale permettent de comprendre les comportements de l'individu au sein du groupe et les relations inter-groupes, qui elles produisent un certain type de conflit.

Je précise que j'emploie le terme conflit au sens large du terme, je ne parle pas que de conflits primaires de type Œdipien. Cette omniprésence du conflit oblige à poser la question de son origine. Quelle chose crée le conflit ?

L'origine du conflit est une situation vécue de manière désagréable, l'étincelle qui va produire par les sens de perception un ressenti qui générera l'affect ou l'émotion, produira en réponse un état de mal-être. En effet, le conflit ne peut produire que des sensations négatives.

Par conséquent, les affects et les émotions sont à la base des conflits internes et externes de l'individu.

La psychologie permet de définir une névrose ou une psychose, une personnalité psychologique, des processus cognitifs, des fixations et des stades de développement, etc. La psychologie sociale permet de mettre à jour des comportements, notre profil social ou notre personnalité sociale. Il reste pourtant des zones très peu explorées comme le dialogue intérieur ou la différenciation de la personnalité idiosyncrasique de la personnalité sociale.

En effet, notre personnalité psychologique ne colle pas toujours avec notre personnalité sociale, un artiste comique n'est pas forcément drôle dans sa vie privée. Moi-même, en

fonction des groupes dans lesquels j'évolue, je porte un masque différent. Dans ma famille ou avec mes amis mes comportements et mon investissement émotionnel ne sont pas les mêmes que lorsque je suis au travail ou dans d'autres groupes plus éloignés de mon cercle privé.

Par conséquent, mes collègues de travail me perçoivent différemment de mes amis et se construisent une opinion de moi qui n'est pas celle qu'ont mes proches.

Par ailleurs, les études en psychologie que j'ai pu faire m'ont trop peu parlé de ce dialogue permanent que j'ai avec moi-même. Cette science définit les ruminations des obsessionnels, l'hallucination auditive ou la perception de voix générées par un délire non construit comme dans certaines psychoses.

Mais cet échange verbal presque constant que j'ai avec moi-même n'est pas expliqué, comme un acte manqué. Cependant, je ne suis pas le seul dans ce cas et ce que je vis ressemble plus à une conversation avec moi-même. Il faut dire que la psychologie s'intéresse plus particulièrement aux personnes qui ont des problèmes « psy » et très peu à ceux qui sont dans la norme.

Alors qui est ce moi-même ? Il fait bien parti de ma construction psychologique, de ma personne. Est-ce une instance au même titre que le Moi, est-ce un complexe autonome de notre psyché, personne ne peut dire quelle chose produit l'investissement émotionnel et son intensité dans les interactions vécues au quotidien par le sujet. Donc pour définir ce « moi-même » il me faut trouver un lien logique grâce à la psychologie et à la psychologie sociale afin de proposer une nouvelle structure de la psyché.

Mon hypothèse principale est que ce n'est pas le Moi qui se parle mais bien quelque chose d'autre qui dialogue avec le lui. Car le rôle du Moi est de se protéger des émotions qui génèrent des traumatismes en élaborant des processus de défense. En aucun cas sa mission est de les administrer.

En effet, l'émotion produite par le sujet influence ses choix en fonction des situations qu'il vit, c'est pourquoi pour rester dans la logique des bases de la psychologie établies par Freud et des théories de Jung, il fallait aller plus loin dans la définition de l'inconscient. Cette avancée, je peux la retrouver en partie dans les travaux de Georges Devereux. Il avait essayé en créant la discipline de l'ethnopsychiatrie¹ de prendre en compte les éléments extérieurs, comme la culture, au sujet pour, lui aussi, affiner sa

1 G. Devereux, « Essais d'ethnopsychiatrie générale », collection tel, Gallimard.

conception d'un inconscient : « culturel ».

La société ayant depuis leur époque évoluée et que la culture dans les pays occidentaux se confond de plus en plus avec le social, le temps est venu de rendre possible ma théorie basée sur une fusion de la psychologie et la psychologie sociale en axant mes recherches sur ce dialogue intérieur et en m'appuyant sur les théories de la psychée de Carl Gustav Jung pour en proposer une nouvelle.

Cependant, les sciences humaines sont limitées encore aujourd'hui pour démontrer le système de psyché que je propose. Pour cette démonstration je suis obligé de faire un pont avec la physique quantique². Les travaux de François Martin, mais surtout ceux de Philippe Guillemant, tous les deux chercheurs au CNRS³, apportent un nouveau regard sur notre psyché et son fonctionnement sur un plan quantique.

Par ailleurs, sur un second plan de l'analyse, il est nécessaire de comprendre l'organisation sociale et économique dans lesquelles l'individu évolue car ces deux facteurs apportent des éléments qui permettront une meilleure représentation des difficultés rencontrées par le sujet socialement et individuellement. Ainsi, je discuterai de cette organisation économique et sociale sur le plan des sciences humaines.

Aujourd'hui, de plus en plus d'études nous montrent que notre organisation sociale est à l'origine de certaines pathologies comme le burn-out. Je discuterai donc du lien éventuel qui peut exister entre ces pathologies « sociales » et le système social établi.

2 Recherche portant sur les éléments physiques microscopiques tels que les atomes, les photons ou les bozons.

3 CNRS : Centre National de la Recherche Scientifique.

Chapitre I. L'inconscient collectif.

« Celui qui est maître de lui-même est plus grand que celui qui est maître du monde ». Bouddha.

Pour commencer ce voyage dans la psyché, je vais parler de l'inconscient collectif, de ses contenus, puis de son action sur l'individu. Cet objet relié à notre inconscient, difficile à s'imaginer, transmet des données à l'individu et au groupe. Mais le groupe et les individus peuvent aussi communiquer avec lui. Par conséquent, c'est un émetteur-récepteur d'informations. Ainsi, je vous livre mes sources d'inspiration.

S. Freud et C. Jung ont défini deux types d'inconscients en sciences humaines. Le premier en psychologie qui est centré sur le sujet et le second en psychologie analytique qui lui provient du groupe et qu'il nomme « inconscient collectif ». G. Devereux en s'inspirant de ses deux prédécesseurs ajoute la notion de culture à l'inconscient dans le but d'affiner son analyse dans le cadre de l'ethnopsychiatrie, discipline qu'il a édifiée.

S. Freud a défini dans sa deuxième topique des instances dynamiques qui apportent une structure à l'appareil psychique notamment le Ça qui est une instance de l'inconscient du sujet qui permet l'action de refoulement des traumatismes.

Quant à C. Jung, il a développé l'idée d'un inconscient collectif auquel chaque individu serait relié. Il a aussi introduit le concept du Soi qui regroupe la totalité de la psyché, conscient et inconscient, de l'individu et qui a une caractéristique particulière, il est

transcendant, c'est-à-dire dire ne faisant pas parti du monde sensible. C'est pourquoi il utilise le terme « percevoir le Soi » car visiblement on arrive à le ressentir « qu'au prix de bien des peines et bien des efforts ».

G. Devereux de par ses expériences d'ethnologue a montré l'importance de la culture dans la construction de la psyché humaine. Il en a donc déduit un inconscient culturel et a développé sa propre discipline : l'ethnopsychiatrie. Cet inconscient culturel nous montre à quel point l'individu se construit en fonction de sa culture d'origine mais aussi la culture du pays dans lequel il vit et comment s'exprime les psychopathologies chez ces sujets.

D'ailleurs, dans son livre « Jimmy P. Psychothérapie d'un indien des plaines », il montre que ne pas prendre la culture de l'individu en compte dans l'élaboration du diagnostic différentiel entraîne l'erreur du diagnostic. Jimmy P. diagnostiqué par le staff des psychiatres de l'hôpital de psychotique était atteint en fait d'une névrose.

Ainsi, ces deux notions de l'inconscient, collectif et culturel, sont très intéressantes car elles nous indiquent que cet inconscient collectif a plusieurs plans.

Pour ma part, l'inconscient collectif est l'ensemble des informations phylogénétiques contenues dans l'inconscient de l'individu, c'est-à-dire des représentations, des archétypes⁴, la signification des symboles comme le svastika⁵ qui diffère selon que l'on soit en Inde ou en Europe, les valeurs et normes sociales, les préjugés et stéréotypes, la morale, les rôles sociaux, les codes (la politesse), les principes (l'honneur), les croyances (monothéisme, polythéisme et égrégore), la culture (occidentale, orientale, etc.) d'une société ou d'un groupe.

De plus, il communique avec l'inconscient individuel des sujets. Cet inconscient collectif contient plusieurs niveaux sociaux et culturels par lesquelles les individus sont « programmés ». Ainsi, ce phénomène participe à l'individuation du sujet.

En effet, les différents niveaux sont liés aux caractéristiques de l'individu comme l'étendue de la zone géographique dans laquelle le sujet évolue, car d'elle dépend la taille du groupe. Ainsi, le plus petit niveau est la famille, puis le quartier, la ville, la région, le pays, le continent et enfin la Terre. Donc, il est facile de comprendre que ces zones influent sur la construction psychique des individus des sociétés.

4 « Ce sont des manières de complexes innés, des structures préformées de notre psychisme, que viendront meubler et animer les matériaux de l'expérience individuelle », Carl Jung.

5 Le svastika卐 est un mot en Sanskrit qui signifie « il est bien ». Ce symbole a été détourné par le mouvement nazi en Europe dans la première partie du XX^{ème} siècle et ne se rapporte en rien à l'idée de bien.

En regardant uniquement sur le plan culturel le régime alimentaire en France, je constate qu'il est différent entre le nord et le sud. Nous ne mangeons pas la même chose à Lille ou à Marseille depuis toujours. Même aujourd'hui, il ne vient toujours pas à l'idée d'un Marseillais de manger comme à Lille et réciproquement. Pourtant, l'individu est libre de manger ce qu'il veut, surtout de nos jours à l'ère de la mondialisation.

En outre, j'ai pu constater qu'il n'existe pas de différence chez l'adulte qui migre car j'ai pu observer, dans la plupart des cas, qu'il garde sa culture alimentaire d'origine. Ces deux exemples nous montrent bien que l'individu reçoit des informations personnalisées en fonction de son lieu de naissance et de sa classe sociale et de sa culture familiale.

Maintenant, je prends l'exemple de la classe sociale. L'ouvrier ou le technicien n'ont pas les mêmes comportements de consommation ou culturels qu'un ingénieur ou un chef d'entreprise. Il y a donc bien des niveaux qui émettent une information en fonction de chaque individu.

Ainsi, cette programmation procède en partie à l'individuation du sujet, c'est-à-dire que l'individu relié à l'inconscient collectif va recevoir des informations qui correspondent à lui seul. La conséquence de cet état de fait produit une singularité dans ces transmissions.

Ainsi comme le dit C. Jung, l'inconscient collectif se trouve hors de l'individu, car il est transcendant. Il se situe hors du champ de la conscience personnelle, dans une dimension qui le relie cependant à tous les individus. Pour ce faire une idée plus concrète, ce serait comme un réseau de téléphone mobile, avec un numéro personnel il communique avec nous.

Pour ma part, je l'imagine comme un réseau neuronal entourant la planète et chaque individu est connecté, par un objet complexe et autonome faisant parti de la psyché du sujet (le smartphone), à ce réseau. D'ailleurs, les recherches permettent d'émettre l'hypothèse que cet inconscient collectif a de fortes chances d'exister.

Depuis 1998 grâce à « The global consciousness project », des scientifiques de l'université de Princeton⁶ sont arrivés à mesurer un champs psychique qui entoure la planète. Avec des électroencéphalographes, ils ont pu obtenir des données qui montrent que le monde physique et le monde de l'esprit humain sont liés.

Ainsi, ces chercheurs sont proches de démontrer que nous sommes tous connectés à l'inconscient collectif.

6 <http://noosphere.princeton.edu/fristwall.french.html>

Par conséquent, nous venons de voir sur le plan théorique que nous sommes reliés par notre psyché à une dimension se situant hors de nous appelée inconscient collectif. Celui-ci transmet des informations personnalisées qui font partie du mécanisme d'individuation donc cette connexion participe à la construction de la personnalité de l'individu mais aussi à l'édification du groupe ou de la société.

En effet, l'inconscient collectif n'est pas contenu à l'intérieur du sujet, il est autre part. Les informations provenant de cet inconscient collectif passent bien par un objet psychique qui permet au sujet d'adopter un comportement attendu dans une situation sociale donnée.

Pour prendre un exemple que l'on peut regarder sous l'angle de la norme sociale, lors d'un entretien d'embauche l'individu porte une tenue appropriée, correcte et respectueuse pour donner une image de lui attendue par son futur employeur. Tout autre vêtement discordant avec l'emploi désiré diminuerait ses chances d'obtenir le poste. Dans cette situation, l'inconscient collectif a déjà programmé les informations nécessaires pour que l'individu réponde « normalement » aux attentes de son interlocuteur. Pour la plupart d'entre vous il est clair qu'on ne se présente pas en short, tee-shirt et claquette à son futur emploi dans une banque ou une assurance même si l'agence, c'est-à-dire le lieu de travail, est en bord de plage. Vous pouvez toujours le faire, mais ce n'est pas dans votre intérêt.

S'habiller pour une telle situation ce fait de façon inconsciente. L'individu réfléchit sur la couleur du costume ou du tailleur et non pas sur le fait de porter un costume ou un tailleur.

Cet exemple caricatural montre comment l'inconscient collectif, qui contient toutes les informations qui permettent à l'individu de vivre au sein du groupe, agit sur lui.

Pour continuer dans ce sens, lorsque j'observe l'influence des normes sociales sur le comportement des jeunes adolescentes de nos sociétés occidentales, notamment dans la construction de leur féminité et leur rapport aux produits de beauté, il est évident que l'individu subit une programmation. En prenant l'exemple du maquillage, je constate que très jeunes elles consomment beaucoup de produits qu'elles appliquent sur leur visage chaque matin en se préparant et le soir pour se démaquiller. Pourtant à cet âge, c'est la période où la peau a le moins besoins de ce type de produit. Cependant, l'image que les

publicitaires leur vendent ainsi que la dynamique du groupe « adolescente-jeune femme » qui répond plus que positivement au besoin que le système leur crée, instaurent une pression sociale à ce groupe qui pour être sûr de rester dans celui-ci consomme plus que de besoin ces produits de maquillage. Paradoxalement, lorsque la femme est jeune, voir adolescente, c'est le moment où elle en a très peu l'utilité.

Une fois de plus, je constate que l'image de la femme vendue par la société, donc l'image de la femme produite par l'inconscient collectif leur impose ce type de comportement qui ne provient pas d'un besoin naturel mais fabriqué. Ce qui, par ailleurs, leur abîme la peau au lieu de l'assainir.

Ainsi, l'inconscient collectif agit sur des individus qui de peur de se retrouver hors du groupe adoptent le comportement de la norme de celui-ci.

Chez certains ce comportement fortement appuyé par le fait de vouloir être celui qui représente le mieux son groupe a permis de définir le concept de l'effet P.I.P.⁷ en psychologie sociale. Pour le groupe « adolescente-jeune femme » ce serait celles qui se maquillent le plus ou de façon trop prononcées.

Entre parenthèse dans cet exemple j'observe que c'est la peur de l'individu qui le pousse à rechercher la norme du groupe.

Dans ces exemples, le mécanisme en jeu est toujours le même. L'individu pour rester dans la norme du groupe adopte des comportements transmis par l'inconscient collectif à la personnalité sociale (persona pour Jung) du sujet.

Cet inconscient collectif a donc plusieurs niveaux. Les plus anciens sont les représentations⁸ et les archétypes. Au niveau supérieur, ce sont les valeurs, les normes, les codes et la culture du groupe. Le niveau suivant contient les principes, la morale, les catégories sociales ou l'influence sociale. Plus le niveau s'élève moins les catégories contenues dans celui-ci sont rigides, c'est-à-dire qu'elles sont malléables, donc elles ont la capacité d'évoluer ou de changer complètement.

La mode est un exemple d'influence sociale qui évolue constamment. L'individu peut changer de classe sociale comme de principes pendant son existence. Alors que changer une norme, une valeur ou la culture d'un groupe demande plus temps que celui d'une vie. Si je prends le sujet de l'abolition de la peine de mort qui est un fait en France depuis 1981, au vu de certains sondages sur ce sujet comme celui traité dans le journal Le

7 P.I.P. : primus inter pares, le premier d'entre les pairs mis en évidence par Codol (1973,1975), Le groupe en psychologie sociale, 2003, Dunod, p. 80.

8 <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/repr%03%a9sentation/68483?q=repr%03%a9sentation#67734> : En psychologie, c'est une perception, image mentale, etc., dont le contenu se rapporte à un objet, à une situation, à une scène, etc., du monde dans lequel vit le sujet.

Monde⁹le 08/05/2015, 52 % des Français y sont toujours favorables. Je constate que cette valeur est loin de faire l'unanimité aujourd'hui dans notre société.

Ainsi, nous mesurons bien la difficulté que pose l'évolution d'un groupe. Car pour se faire, il faut modifier les niveaux dont les contenus sont tellement ancrés dans notre psyché, mais aussi dans notre organisation sociale, que seul le temps et parfois de grandes catastrophes sociétales ou de longues luttes sociales provoquent une possibilité de changement. La création de la Sécurité Sociale en France est née en 1945 de l'horreur de la II Guerre Mondiale et les femmes ont obtenu le droit de vote en France en 1944 après des années de combats et de revendications. Malheureusement, les sociétés humaines ont toujours besoin de tels désastres pour avoir une prise de consciences qui produit alors des lois bienveillantes.

Donc, je soumets l'hypothèse que le contenu de l'inconscient collectif des sociétés à travers le temps est programmé¹⁰ dans chaque individu, ce qui implique que cet inconscient collectif transmet toujours les mêmes informations à l'individu. Pour ne donner qu'un exemple, l'imgo parental se situant au niveau le plus ancien n'a guère évolué depuis les premières civilisations. Cet inconscient, donc, ne transmet que les informations qu'il contient ce qui produit une reproduction presque identique de génération en génération. Ainsi, une sorte de constance est maintenue à travers le temps. Par analogie, cette idée permet une explication de la lente évolution spirituelle de nos civilisations et explique aussi la raison pour laquelle elle ne suit pas l'évolution technologique. De plus, une part de la programmation de l'inconscient collectif participe à la reproduction sociale. En effet, la transmission d'informations liées à la classe sociale et donc à la culture de classe dirige l'individu vers une prédestinée. Ce qui permet de comprendre aussi la difficulté que celui-ci rencontre pour changer de classe sociale sur le plan psychologique. Il doit modifier en lui des informations contenues au deuxième niveau de l'inconscient collectif. C'est pourquoi, la programmation de l'inconscient collectif procède à une faible étanchéité sociale aujourd'hui dans nos sociétés.

Maintenant, nous voyons bien l'influence, certains pourraient dire l'enfermement, de

9 https://www.lemonde.fr/societe/article/2015/05/08/les-francais-juges-plus-favorables-a-la-peine-de-mort-qu-en-2014_4630334_3224.html

10 La programmation est l'ensemble des apprentissages, des observations, des imitations que l'individu va engrammer consciemment et inconsciemment.

l'inconscient collectif sur l'individu et la société. D'une part, du fait de la programmation de l'individu et du groupe et d'autre part la difficulté de modifier les deux premiers niveaux de l'inconscient collectif.

Néanmoins, nous avons vu que le troisième niveau était modifiable par le biais de minorités actives du groupe. Effectivement, si l'inconscient collectif transmet des informations à l'individu afin qu'il adopte ces comportements normalisés, le groupe influence aussi l'inconscient collectif. En observant les phénomènes de mode nous nous apercevons qu'au départ d'une mode, une minorité active du groupe influence, en lançant un nouveau comportement ou un comportement modernisé, la majorité du groupe. Le secteur de la mode vestimentaire est l'exemple par excellence, mais les modes en générales se fondent sur ce mécanisme sociale.

Lorsqu'on regarde la mode du tatouage qui débuta au milieu des années 2000 avec une minorité qui se faisait tatouer, aujourd'hui nous constatons à quel point s'est démocratisé ce comportement rien qu'en observant à la plage l'été le nombre de personnes tatouées¹¹ (10 % des français dont 20% des 25-34 ans et 12% pour les 35-49 ans).

Ainsi, le groupe peut transmettre des informations à la couche supérieure de l'inconscient collectif et celles-ci modifieront certains de ses contenus. La loi aussi permet de modifier le troisième niveau, l'interdiction de fumer dans les lieux publics nous l'a montré par un changement radical du comportement de la majorité des fumeurs. Cette observation est intéressante car elle nous indique que les choses ne sont pas figées et que l'inconscient collectif peut par ce biais être aussi programmé par la société.

Nous venons de voir que l'inconscient collectif participe à la construction psychologique de l'individu par une programmation en transmettant des informations qui lui permettent d'avoir les comportements attendus par le groupe. De ce fait, l'individu recherche la norme du groupe de peur de se faire écarté de celui-ci. La conséquence de cette programmation produit d'une part la pression sociale et la reproduction sociale et d'autre part une identification de l'individu à ce que Carl Gustav Jung appelait *la persona* et que je nomme personnalité sociale.

Pour finir, le groupe peut lui aussi faire des mises à jours des niveaux supérieurs de l'inconscient collectif. Ainsi, une fois qu'il en aura pris conscience le groupe pourra

¹¹ Ifop pour Dimanche Ouest France -Les Français et les tatouages -Juillet 2010

modifier la société en fonction de ses attentes. Mais cette perspective, pour passer de l'utopie à la réalité, nécessite une prise de conscience par la majorité des individus.

Chapitre II.

La personnalité sociale.

« Tu cherchais le plus lourd fardeau, et tu t'es trouvé toi-même », F. Nietzsche.

C. Jung nous dit que la *persona*¹² est « un fragment de la psyché collective », qu'elle contient des « éléments généraux » et qu'elle n'est « que le masque d'un assujettissement général du comportement à la coercition de la psyché collective ». Il l'a décrite aussi comme une réalité secondaire à deux dimensions qui se construit sur des compromis en fonction des interactions sociales de l'individu. Le Moi conscient, quant à lui, s'identifie à elle.

J'en déduis que la personnalité sociale est une partie de la psyché collective qui s'impose au Moi conscient par des moyens coercitifs permettant de le contrôler, qui aurait deux dimensions, consciente et inconsciente, et qui se développerait en fonction du parcours de vie du sujet.

Je pense que la personnalité sociale va prendre le contrôle du Moi du sujet à partir de l'adolescence. Cependant, elle commence à éclore dès que l'enfant rentre dans le système scolaire. Pendant, la période de latence (environ de 6 à 12 ans) elle croît en même temps que le parcours de vie de l'enfant.

A l'adolescence, l'importance des groupes extérieurs à la famille deviennent primordiaux, dès lors la somme des identifications sociales de l'individu commence à produire le processus de séparation de l'enfant avec ses parents. De nouveaux conflits s'installent, générant souvent ce qu'on appelle la crise d'adolescence. Insidieusement, la personnalité sociale s'impose au Moi qui se confond en elle. Le Moi idiosyncrasique se

12 Carl Jung, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Gallimard folio essais, 1964, p. 103-104.

noie dans celle-ci. En effet, à cet âge, 16-18 ans, les activités extérieures au groupe famille sont nettement plus intéressantes et l'investissement émotionnel est plus intense. L'étape suivante ne permet toujours pas de prise de conscience de la personnalité sociale pour le sujet. Effectivement, l'objectif est de trouver sa place dans la société, en trouvant un travail et en formant un couple. La pression que ressent l'individu durant cette période ne lui permet pas de prendre conscience que son Moi à fusionner avec sa personnalité sociale. Certains d'entre nous vivrons ainsi sans jamais prendre conscience de cette fusion. Mais pour d'autres, la nature étant bien faite, le Soi, par compensations inconscientes, veillera à perturber le Moi autant de fois que cela lui semblera nécessaire.

Cette personnalité sociale, donc, va permettre à l'individu d'incorporer les rôles sociaux auxquels il porte un intérêt plus ou moins prononcé. Le choix des groupes par le sujet est l'indice qui permet de percevoir cette personnalité sociale. En effet, le sujet choisit ses groupes d'appartenances en fonction de son parcours de vie. En ce sens, c'est lui qui détermine les limites de sa personnalité sociale.

Cependant, en intégrant un groupe, de fait, on adhère à la totalité des normes, valeurs, règles, discours du groupe. C'est de cette façon que l'individu incorpore son rôle social. Le film allemand « l'expérience », réalisé en 2001 par Oliver Hirschbiegel illustre bien la façon dont l'individu investit son rôle social.

Lorsque nous sommes au lycée nous jouons le rôle de l'élève bon, moyen ou en difficulté. Ce rôle est déterminé en grande partie par la compétition que la notation des élèves produit. Il se poursuit à la fac où l'étudiant va jouer son nouveau rôle d'étudiant, puis ce sera, ouvrier, ingénieur, chef d'entreprise, etc. selon le parcours des individus. Cette mécanique fonctionne avec les différents groupes auxquels le sujet appartient, qu'il soit dans les rassemblements revendicatifs tels les manifestations de rue, dans les groupes de militants de partis politiques ou dans des clubs de supporters, etc....

Quelque soit le phénomène de foule ou d'organisation que nous observons, quand le groupe fait masse, comme les supporters de football ou les militants politiques, nous pouvons constater comment la personnalité idiosyncrasique (individuelle) s'efface. Lorsque je discute avec un supporter d'une équipe de football, je m'aperçois qu'il se moque du jeu que pratique « son équipe » du moment qu'elle gagne le championnat. Pour un militant politique, c'est la même chose, tant que son leader politique est élu, tout va bien. Même si ce leader propose de mauvaises orientations économiques entre autres. La mauvaise foi et le déni sont des traits exacerbés de leur personnalité sociale lors de

ces discussions au point de faire disparaître toute trace de rationalité dans leur discours. Cependant, je ne retrouve pas ces deux traits si je parle d'un sujet qui les touche beaucoup moins émotionnellement.

Ainsi, l'individu s'approprie des logiques argumentaires, des façons de penser qui ne lui appartiennent pas, pour le militant politique par exemple il répète les éléments de langage des cadres du parti comme le premier commercial venu récitant son argumentaire de vente. Ce mode opératoire de la psyché humaine permet de maintenir un équilibre au sein du groupe.

De plus, l'individu ne perçoit pas cette programmation subtile qui s'imisce dès qu'il intègre un groupe vu qu'il pense que c'est son choix. Certes, mais ce choix s'arrête à la délimitation de sa personnalité sociale.

D'ailleurs, il est légitime de se demander quel pourcentage de nos choix proviennent de notre Moi conscient ou de la personnalité sociale. Lequel, des deux, influence les choix de l'individu. Vu que l'individu en entrant dans un groupe incorpore sa culture de plein gré, il se soumet librement à ses règles et son autorité. Ainsi, il n'a pas conscience que son discours sur un sujet quelconque contient les arguments véhiculés par le savoir mais aussi les croyances du groupe.

Souvenez-vous du combat de Copernic pour faire admettre que la Terre tourne autour du soleil, théorie de l'héliocentrisme. C'est un exemple qui montre comment les individus du camp opposé, devant ce qui nous paraît logique aujourd'hui, refusent l'information car enfermés dans leurs croyances qui faisaient office de savoir à l'époque, et la peur de perdre leur statut. Pour eux, le soleil tourne autour de la terre, c'est la théorie du géocentrisme. Les adversaires de Copernic emprisonnés dans des comportements défensifs, pour garder l'équilibre du groupe attaqué sur ses savoirs-croyances, n'admettent pas les preuves scientifiques que leur soumet Copernic.

Ainsi, nous voyons, aussi, comment le groupe soumet librement le consentement de l'individu à son autorité et à ses règles au point dans perdre la raison. C'est cette soumission inconsciente de l'individu au groupe qui permet de dire que l'individu est centré sur sa personnalité sociale et non sur son Moi conscient et individué.

Dans ce sens, la plupart des choix de l'individu ne proviennent pas de son Moi conscient mais de sa personnalité sociale. D'ailleurs, L'expérience de Stanley Milgram (1965,1974) dans laquelle des individus choisis pour cette expérience infligent des décharges électrique à une personne qui énonce des mauvaises réponses, repris dans le

film « I comme Icare » de Henri Verneuil en 1979, montre que 62 % se soumettent totalement à une autorité que l'individu considère supérieur à lui. Ce résultat est un constat terrible de l'emprise hiérarchique du groupe sur l'individu. Certains pourraient penser que les résultats de cette expérience ne sont plus d'actualité. Cependant, un événement datant de bientôt quinze nous démontre que ces résultats sont toujours probant. En 2005 en France, les résultats du référendum sur le traité européens donnèrent le « non » gagnant. Le Président suivant représenta ce texte modifié à la marge devant les chambres parlementaires qui acceptèrent ce texte. Le peuple ne s'est pas soulevé, n'a pas non plus protesté, aucune colère ne s'est exprimée même chez les opposants politiques de l'époque face à ce déni de démocratie.

Pour cause, dans l'intérêt du groupe il faut garder son équilibre. Vu que les résultats¹³ n'étaient pas extrêmes au point de créer une rupture dans la société française, 45,33% pour le oui et 54,67 % pour le non avec une abstention de 30,63 %, le groupe a pu garder une certaine homéostasie, notamment du fait que l'individu s'y soumette librement. Ainsi, en 2007, le peuple s'est soumis à l'autorité du gouvernement de l'époque.

Aujourd'hui, dans nos sociétés la personnalité prédominante chez les individus est leur personnalité sociale. D'autant plus pour ceux qui vivent en zone urbaine, et plus la ville est grande moins s'exprime leur personnalité individuelle. J'ai longtemps pris les transports en commun sur Paris. Aux heures de pointes, les gens s'entassent les uns contre les autres dans les rames de métro en se poussant afin de pouvoir monter. Parfois, tellement le wagon est bondé des personnes font des malaises. Je n'ai observé ces comportements que dans une mégapole et à ces heures. D'ailleurs, à Tokyo les deux compagnies de métro emploient des pousseurs¹⁴ pour rentrer plus de personnes dans les rames.

Où passe l'intelligence de ces gens à ce moment là. Quel est l'état de leur conscience à cet instant. Ici, l'individu a revêtu sa personnalité sociale pour qui ce comportement s'est normalisé, vu que le pousseur est devenu un emploi donc un rôle sociale. Ainsi, il devient normal de voyager dans de très mauvaises conditions à des tarifs exorbitants.

Avec cet exemple, chacun peut constater le niveau de conscience de notre organisation sociale.

13 [https://www.interieur.gouv.fr/Elections/Les-resultats/Referendums/elecresult__referendum_2005/\(path\)/referendum_2005/000/000.html](https://www.interieur.gouv.fr/Elections/Les-resultats/Referendums/elecresult__referendum_2005/(path)/referendum_2005/000/000.html)

14 https://www.francetvinfo.fr/monde/japon/les-pousseurs-du-metro-de-tokyo_3070963.html

J'expose un nouvel exemple plus lourd de sens sur le plan symbolique de nos « démocratie ». Une des responsabilités et un des devoirs du citoyen est de voter notamment à l'élection présidentielle, dont l'élu dirigera le pays. Sachant qu'aucune arme ne peut être vendue sans l'accord de l'État, c'est-à-dire du Président, comment un citoyen de nos jours peut accepter que l'État français¹⁵ puisse vendre des armes qui tuent des femmes et enfants dans les conflits armés à travers la planète. Ils sont peu nombreux les citoyens qui votent en ayant cela à l'esprit, en conscience. Qui est pour la guerre, normalement personne. Encore que l'on fabrique des armes avec le seul objectif de se défendre, pourquoi pas, mais en exporter implique fatalement la mort d'enfants, de femmes et d'hommes qui ne sont pas en conflit avec la France. Malheureusement, l'électeur cautionne automatiquement ce système en déposant son choix dans l'urne. Cet exemple nous montre comment notre personnalité sociale nous ôte le choix en notre « âme et conscience ». Voter, oui, mais pour quoi et non pour qui.

Ainsi, le niveau de conscience de l'individu est corrélé à sa capacité à distinguer sa personnalité sociale de son Moi conscient. Plus il en discernera les contours, plus il fera ses choix en son « âme et conscience ». A partir du moment où l'individu commence à discriminer les traits de sa personnalité sociale, il prend conscience des comportements discordants de son Moi conscient. En effet, en reprenant l'exemple de l'électeur dont les idées sont contre la guerre, il ne peut plus voter pour un futur président, au mieux il votera blanc ou nul, tant que le gouvernement de son pays continue à légaliser la fabrication et la vente d'armes. La prise de conscience de ce fait l'oblige à faire un nouveau choix de comportement.

J'ai essayé jusque là de vous montrer que l'individu est plus que ce qu'il pense être. En effet, à son Moi vient se greffer une personnalité sociale dont l'origine est externe à lui-même et à pour objectif de lui permettre de s'intégrer au groupe et d'inter-agir avec les autres. Par ailleurs, l'inconscient du sujet est aussi un inconnu pour lui-même qui est une partie que Jung appelle « entité ». Cette entité et non une instance, donc, englobe la totalité de la psyché du sujet conscient et inconscient qui est le Soi dont je vais développer le concept.

15 En 2015, la France est quatrième pays exportateur d'armement.
Source :<http://www.lefigaro.fr/societes/2016/12/20/20005-20161220ARTFIG00059-l-industrie-de-l-armement-francaise-se-porte-bien.php>

Chapitre III.

Le Soi.

« Ainsi, le Soi est aussi le but de la vie, car il est l'expression la plus complète de ces combinaisons du destin que l'on appelle un individu ; et non pas seulement le but de la vie d'un être individuel, mais aussi de tout un groupe au sein duquel l'un complète l'autre en vue d'une image et d'un résultat plus complets. »

Carl Jung, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, 1964.

Au premier abord, il n'est pas facile d'admettre que nous n'avons pas conscience de notre entité. Mais, nous avons vu dans le chapitre précédent comment la personnalité sociale masquait notre Moi. Comment elle fusionnait avec lui pour lui imposer des pensées, des discours ou des comportements. Mais, aussi, comment elle influençait les choix de l'individu.

Pourtant, il est possible avec une certaine attention de la percevoir et une fois que nous avons pris conscience de sa présence, il devient plus facile de discerner sa personnalité individuelle de celle qui est sociale. Sur le même principe que pour cette image que tous les étudiants en psychologie connaissent bien :



Le courant psychologique des théories de la forme, dans les années 1920, a très bien démontré que notre cerveau ne perçoit pas la totalité de la réalité, seulement qu'une partie. D'ailleurs, en voyant pour la première fois cette image, le sujet voit, soit la jeune femme, soit la dame d'un certain âge, mais jamais les deux en même temps. Cependant, si nous regardons cette image attentivement quelques secondes, nous allons très vite nous apercevoir (prise de conscience) que selon l'endroit où nos yeux se posent sur celle-ci, nous voyons l'une ou l'autre des deux femmes. C'est comme si les informations décrivant notre réalité étaient superposées. Par conséquent, c'est l'attention du sujet par ses choix qui va déterminer sa réalité, son parcours de vie.

En physique quantique, F. Martin¹⁶ prend le même exemple et nous dit que « Ce fait indique l'unicité du résultat d'une mesure effectuée par la conscience, l'image, en elle-même, représentant la superposition quantique de deux états. Il précise que ce type d'image est une métaphore de la non-réduction de la fonction d'onde », qu'il décrit ensuite dans cette conférence.

Ainsi, ce phénomène de superposition quantique pour ce qui nous concerne, une fois observé, nous permet de distinguer notre personnalité individuelle de notre personnalité sociale. Il est intéressant de comprendre ce principe afin de discerner nos traits personnels de nos traits sociaux. Car notre Moi et un objet complexe de la conscience

16 Conférence au département de psychiatrie des hôpitaux universitaires de Genève, 12/02/2009, p. 4

que je nome l'Égo qui est l'image social du Moi sont intriqués¹⁷. Je développerai ce concept dans le prochain chapitre.

Cette prise de conscience, donc, nous permet de modifier notre personnalité sociale de sorte qu'elle se rapproche au maximum de notre Moi. En aucun cas, il faut chercher à la supprimer sans risquer une désocialisation ou un déséquilibre psychique. Au contraire, il faut la travailler comme un artiste travaille son œuvre. En effet, garder l'équilibre nécessaire pour ne pas être rejeté du groupe est primordial. Il faut donc une certaine subtilité d'esprit quand on désire se changer. Lorsque nous atteignons ce but, nous nous sentons un peu plus en harmonie avec « Soi-même ».

Ainsi, c'est la prise de conscience qui permet de se comprendre. C'est le passage de l'obscurité à la lumière, de l'inconscient au conscient, c'est-à-dire du Soi au Moi.

La définition que C. Jung donne du Soi est pour moi la plus juste, il nous dit que le Soi est un ensemble qui contient le conscient et l'inconscient de l'individu. C'est une entité « sur-ordonnée » au Moi et qu'« il embrasse non seulement la psyché consciente, mais aussi la psyché inconsciente, et constitue de ce fait pour ainsi dire une personnalité plus ample, que nous sommes aussi »¹⁸. Ainsi, pour se connaître soi-même, il faut grâce aux prises de consciences se rapprocher de son Moi individué, c'est-à-dire avoir réussi à faire tomber le masque de la personnalité sociale. Car le Moi individué est ce qui est le plus proche de notre Soi vu que le Moi est une partie du Soi, on pourrait donc dire, pour simplifier, un Soi beaucoup plus petit ou l'image du Soi dans le monde sensible.

Alors que la personnalité sociale est une identification à l'inconscient collectif produit par un élément de la psyché inconsciente qui contient une partie de celui-ci.

L'inconscient vient compenser le conscient selon C. Jung. De ce fait, ce jeu de compensation est de l'information que le Soi transmet au Moi dont l'objectif serait l'individuation du sujet. Ainsi, le Soi aurait un but : la vie.

Pour autant, nous n'avons pas la possibilité de conscientiser le Soi car il y aura toujours une partie inaccessible à notre inconscient. En effet, le Soi de C. Jung est transcendant comme l'inconscient collectif, il n'appartient pas au monde du sensible, il existe donc dans une dimension différente de la nôtre mais aussi de l'inconscient collectif.

17 L'intrication quantique est un phénomène dans le quel deux particules forment un système lié et présentent des états quantiques dépendant l'un de l'autre quelle que soit la distance qui les sépare.

https://fr.wikipedia.org/wiki/Intrication_quantique

18 Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, p. 153.

Ici, nous atteignons les limites de la psychologie car cette science ne peut pas encore démontrer l'existence de la dimension du Soi et celle de l'inconscient collectif. Toutefois, il faut souligner le travail de l'université de Princeton qui a réussi à mesurer un champ psychique, ce qui appuie l'idée de dimensions différentes qui contiennent de l'information du psychisme humain.

Cette hypothèse de dimensions se trouvant sur d'autres plans peut être validée par la physique plus particulièrement la mécanique quantique. Cette science étudie « le comportement de la matière et du rayonnement à une échelle très fine, microscopique. »¹⁹. Les informations contenues dans ces dimensions devraient exister, d'après les physiciens, sous la forme d'ondes ou de vibrations. De fait, elles ne peuvent pas être perçues consciemment par l'individu car la taille des éléments dont je parle sont atomiques et subatomiques. Le rayon d'un atome est l'ordre 10^{-15} mètres, à cette échelle il est clair que nous ne voyons rien et pourtant les instruments de mesure de la mécanique quantique nous indiquent la présence d'information.

Du fait que la transmission neuronale se fait de deux façons, soit chimiquement ou soit en l'occurrence celle qui nous intéresse ici électriquement, le cerveau peut capter ces informations qui proviennent de ces dimensions. En effet, ces deux dimensions en stimulant par la transmission d'informations notre cerveau lui fait générer des potentiels d'actions neuronaux (-70mV à +40 mV)²⁰ qui traduisent ces informations, d'une part en idées ou intuitions et d'autres en pensées ou comportements conditionnés en fonction de l'état psychique de l'individu. Ainsi, l'individu n'a pas conscience de l'origine d'une idée ou d'une intuition, vu qu'elle est en lui, il croit qu'elle vient de son cerveau, donc de lui. D'ou l'impossibilité de percevoir ces dimensions et de comprendre la psychée humaine, aujourd'hui seule la science et notamment la physique quantique peut nous éclairer sur la manière de concevoir notre construction psychique.

Pour C. Jung, la synchronicité est l'occurrence simultanée d'au moins deux événements qui ne présentent pas de lien de causalité, mais dont l'association prend un sens pour la personne qui les perçoit. Cette prise de conscience, parfois, peut amener l'individu à changer complètement de vie.

C'est une patiente dont la rationalité l'empêchait d'avancer dans le processus

19 <https://www.cnrtl.fr/definition/m%C3%9Cm%C3%A9canique>.

20 Mili Volt : mV signifie 1 millième de Volt.

thérapeutique qui lui en donna l'idée. En racontant son rêve, pendant un séance, dans lequel elle y voyait un scarabée d'or, un bruit contre la fenêtre attira leur attention. C. Jung se levant pour ouvrir la fenêtre, y trouva un scarabée doré et lui donna. A la vue du scarabée la patiente ressentit un choc qui débloqua ses résistances rationnelles, ce qui lui permis d'avancer dans sa thérapie.

C. Jung en travaillant avec le physicien Wolfgang Pauli²¹ a essayé de trouver une preuve rationnelle, avec une science « dure » qui expliquerait son concept de la synchronicité qui défi le courant déterministe de la science du fait que son concept met en évidence une acausalité et non un hasard ou une coïncidence.

Ce concept peut être expliqué aussi par l'intrication quantique qui « est un phénomène observé en mécanique quantique dans lequel l'état quantique de deux objets doit être décrit globalement, sans pouvoir séparer un objet de l'autre, bien qu'ils puissent être spatialement séparés. Lorsque des objets quantiques sont placés dans un état intriqué, il existe des corrélations entre les propriétés physiques observées de ces objets qui ne seraient pas présentes si ces propriétés étaient locales. En conséquence, même s'ils sont séparés par de grandes distances spatiales, deux objets intriqués O1 et O2 ne sont pas indépendants et il faut les considérer {O1+O2} comme un système unique (Wikictionnaire) ».

F. Martin²² a développé une théorie dans laquelle entre deux événements intriqués il peut exister un espace temporel. J'ajoute que la physique considère le temps comme de l'espace ce qui donne encore un peu plus de consistance, aujourd'hui, au concept de synchronicité de C. Jung.

Ainsi, en reprenant l'exemple de la patiente de Jung, il n'existe aucun lien de causalité entre le scarabée et sa prise de conscience, cependant le sens qu'elle y donne nous montre bien qu'ils font parti d'un « même système ». Les avancées des travaux de la physique quantique, maintenant, peuvent apporter certaines réponses notamment sur l'existence de la dimension du Soi (la conscience) et celle de l'inconscient collectif qui se trouvent hors de la psyché de l'individu.

Aujourd'hui, de plus en plus de physiciens travaillent sur ce sujet comme B. E. Baaquie et F. Martin²³ qui postulent « que le psychisme humain est une excitation particulière

21 Prix Nobel en 1945 pour la découverte du principe d'exclusion, principe d'acausalité.

22 François Martin chercheur honoraire au CNRS.

23 B.E. Baaquie dont l'adresse permanente : Department of Physics, National University of Singapore, 2 Science Drive 3, Singapore 117542 et François Martin chercheur honoraire au CNRS.

d'un champ psychique de nature quantique sous-jacent et universel – un champ qui serait de conscience universelle ainsi que d'inconscient universel -. »²⁴. Ainsi, pour ces deux chercheurs, décrire le psychisme humain nécessite « deux sortes de champs quantiques : un premier champ qui se réfère à la spécificité individuelle de la personne, et qui doit être plus ou moins « localisé » avec l'existence spécifique de la personne et exclure les autres, et un deuxième champ qui représente l'universalité de la psyché humaine et qui peut recouvrir et inclure la conscience d'autres individus. ». Pour ces physiciens l'inconscient collectif et la consciences absolue que j'appelle le Soi, sont des champs quantiques hors du cerveau du sujet et ils sont distincts l'un de l'autre.

Le Soi est en dehors du sujet, transcendant, c'est lui notre Conscience absolue. Il englobe notre inconscient et notre conscient. C'est de lui que nous viennent les idées, les intuitions et les rêves. Dans la dimension du Soi inconscient la notion de temps n'existe pas ce qui rend possible le concept de synchronicité. Paradoxalement, c'est le Soi conscient grâce à notre cerveau qui nous donne cette impression que le temps existe.

Du fait que pour le Soi inconscient le temps n'existe pas et du concept de synchronicité, je postule qu'il a connaissance de notre futur dans les grandes lignes. Cependant, même pour lui, l'avenir n'est pas clair car cela dépend des choix que fait le sujet dans son parcours de vie, donc de son libre arbitre et de ses prises de consciences.

Le Soi a un objectif qui pendant une vie peut ne pas être atteint ou être atteint, voir dépasser. Tout dépendra comment le sujet comprendra sa vie et passera les obstacles. Les individus qui répètent les mêmes erreurs dans des situations de même type tombent dans ce qu'on appelle en psychologie un comportement d'échec. La répétition de leurs mauvais choix les empêche d'avoir cette prise de conscience vitale qui leur permettraient de surmonter l'obstacle, et du coup ils ne peuvent pas progresser sur le plan de leur conscience.

Ainsi, le Soi fait rejouer à l'individu autant de fois que nécessaire ce même type de situation jusqu'à ce que le sujet comprenne ou pas. C'est pourquoi, le Soi contrôle notre processus d'individuation²⁵, pour cela il détient automatiquement des informations sur le commencement de notre vie, sur ses objectifs de vie qui ne sont pas ceux de l'individu et notre dernière heure.

24 Dans Psyché quantique. Théorie Quantique du Champ Psychique par Belal E. Baaquie et François Martin. Laboratoire de Physique Théorique et Hautes Energies, Université Paris 6 et 7, Place Jussieu, Paris, novembre 2003.

25 « C'est un processus de différenciation qui a pour but de développer la personnalité individuelle ». Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, p. 97 note [47].

Par contre, ce qu'il ne contrôle pas c'est le libre arbitre du sujet car la conséquence du libre arbitre est l'acquisition ou pas de l'objectif du Soi et de passer ou pas un nouveau palier de conscience. Si le Soi contrôlait le libre arbitre alors nous serions des machines. De ce fait pourquoi donner une conscience humaine à des machines. Elles fonctionnent très bien sans. De plus, l'individu doit déjà avoir conscience de sa personnalité sociale s'il veut utiliser son libre arbitre consciemment car comme nous l'avons déjà vu la personnalité sociale influence nos choix.

Dès lors, le libre arbitre serait une sorte de compensation au processus d'individuation qui donnerait au sujet une liberté dans un cadre très bien défini car délimité par les objectifs du Soi.

Ce que je viens d'exposer est une traduction de la physique à la psychologie de la théorie de rétro-causalité de P. Guillemant²⁶ car pour comprendre notre psyché, aux vues des avancées dans d'autres sciences, il est nécessaire d'établir des ponts entre les disciplines scientifiques. Sur son site il écrit que cette théorie « s'intéresse aux mécanismes d'une seconde causalité qui serait une rétrocausalité ou causalité rétrograde ». Ce qui correspond en psychologie au concept de synchronicité de C. Jung.

Dans sa théorie il décrit trois niveaux ou densités de la conscience. La première la densité physique, celle du corps et du cerveau (le véhicule) qui englobe notre intellect robotisé et les perceptions physiques. La deuxième qui est la densité de l'âme ou la densité de la conscience, avec un mental et des émotions conditionnées issues du Moi ou de l'Égo, serait le chemin (processus d'individuation). La dernière la densité du Soi de Jung qui contient la connaissance universelle et l'amour inconditionnel provenant du Soi qui serait la destination. Le tout dans un espace-temps qui comprendrait trois étages dont chacun comprendrait trois centres. Il décompose la conscience en trois centres : le mental comprend l'information, l'émotionnel qui comprend les vibrations et le dernier qui serait un centre énergétique de la conscience c'est-à-dire le fait d'être conscient (Égo ou Moi). Au total il définit douze dimensions dont quatre sont physiques et huit sont quantiques.

Dans sa proposition ce qui intéressant pour la psychologie ce sont la deuxième et troisième dimension. La deuxième qui comprend le Moi ou l'Égo que l'on soit aligné sur la personnalité sociale ou notre Soi. Et la troisième qui démontre l'existence du Soi transcendant de C. Jung, notre conscience absolue.

26 <http://www.guillemant.net>. C'est un ingénieur physicien français, Docteur en physique du rayonnement. Il exerce au CNRS de Marseille. Voir la conférence à Lyon en 2018 sur « le libre arbitre est-il possible » ?

Ainsi, à partir des travaux de ce brillant Monsieur qu'est Philippe Guillemant, j'en ai déduit une partie de ma théorie sur la conscience c'est-à-dire le Soi et l'Égo en sciences humaines.

Donc, les objectifs de vie du Soi ne sont pas ceux du Moi individuel, du moins, tant que l'individu n'a pas pris conscience de la différence qu'il existe entre sa personnalité sociale et son Moi individuel d'une part, il faut rappeler néanmoins que nous pouvons nous approcher de la compréhension de certains objectifs du Soi mais jamais en totalité car ressentir le Soi complètement est impossible d'autre part, puisqu'il se situe dans une autre dimension que la nôtre.

Le Soi contrôle donc le processus d'individuation du sujet, c'est-à-dire le parcours de vie. En prenant conscience des choses, nous nous rapprochons de notre Moi individué qui alors tend à « s'aligner » sur le Soi. Ainsi, la prise de conscience est une sorte de passage vers un niveau supérieur de conscience. Elle permet de comprendre qu'un comportement n'est pas adapté et de le corriger.

Par exemple, un individu voudrait perdre une dizaine de kilos, il essaye un régime perd le poids en trop quand approche l'été et le regagne une fois l'hiver arrivé. Chaque année son poids fait le « yoyo ». Si cet individu prend conscience que manger équilibrer le gardera en bonne santé, il modifiera le contenu de ses repas en conséquence, ce qui entraînera petit à petit la perte de poids superflu sans faire de régime.

La prise de conscience a donc pour objectif d'améliorer l'individu, le rendre meilleur, plus intelligent. Utopiquement, le jour où l'humanité aura pris conscience que la compétition sociale produit de la misère, l'humanité pourra changer de paradigme et construire une organisation sociale fondée sur la coopération. Pour l'instant c'est utopique car cette prise de conscience ne se fait qu'au niveau individuel et seulement chez un petit nombre d'individus. Pour que cela deviennent intéressant il faut que la majorité du groupe atteigne ce niveau, de-là, le changement peut se faire sur le plan social.

C'est pourquoi, j'affirme que les tests de QI^{27} révèlent les compétences cognitives du sujet, nonobstant les variables parasites de ces tests, mais en aucun cas l'intelligence.

En effet, les scientifiques qui travaillent à l'invention de nouvelles armes de guerres ont de très grandes compétences cognitives, mais pour ma part, une très basse conscience d'eux-mêmes. Pourquoi ?

27 QI : Quotient Intellectuel.

Ils conçoivent des armes de destruction massive, des missiles ou des bombes. Ils répandent la mort à grande échelle. Paradoxalement, dans notre société ils sont considérés comme des personnes intelligentes. Je ne peux m'empêcher de voir ici une dissociation pathologique voir psychotique.

Néanmoins, notre société accepte largement quelqu'un qui tue de manière « intelligente » lorsque celui-ci est du côté des soi-disant « gentils ». Les citoyens des États-Unis d'Amérique n'ont jamais cherché à faire emprisonner l'équipe de scientifiques qui a créé la première bombe atomique. Pourtant, par leurs travaux ils ont tué des milliers de personnes.

En prenant cet exemple, je veux faire sentir aux lecteurs que l'intelligence, c'est autre chose. Ces scientifiques ont en effet de grandes compétences cognitives mais ils sont loin d'être intelligent car l'intelligence est subordonnée à notre conscience, le Soi, dont un des objectifs principal est de privilégier la vie car corrélée à l'instinct de survie. Personne en bonne santé mentale ne cherche à se détruire ou à tuer ses pairs.

Pour donner une définition simple de l'intelligence : c'est vivre en pleine conscience de soi, en harmonie avec soi et son environnement ». Nous voyons bien que nous ne pouvons pas réduire l'intelligence seulement à des compétences cognitives, et pourtant c'est bien ce qu'il se passe aujourd'hui dans notre société.

Notre conscience étant singulière, elle participe à la singularité de l'individu tout comme nos compétences cognitives. Ce mélange définit notre niveau de conscience qui en fonction du palier atteint nous permettra de saisir en partie notre Soi et participer consciemment à minima à notre processus d'individuation.

Une fois de plus, je constate que la vie est injuste, cependant le chemin de vie devrait permettre de rétablir un équilibre car son objectif est d'augmenter le niveau de conscience de l'individu.

Ainsi, plus nous prenons conscience des choses, moins nous adhérons aux groupes sociaux car nous nous éloignons de notre personnalité sociale, moins nous adoptons les opinions, la morale et la pensée unique de notre société. Vous ne pouvez plus accepter le jeu social des réseaux sociaux tels que « facebook ou twitter ».

Tout en devenant solitaire c'est-à-dire ne plus avoir peur de rester seul avec soi-même, il est nécessaire de ne pas perdre le contact avec les autres individus dans la vie réelle en gardant un minimum de vie sociale afin de préserver un équilibre psychique grâce en l'occurrence à la famille et les amis.

Par conséquent, les instances psychologiques qui sont englobées par le Soi comme lui

sont transcendantes. Elles ne sont pas localisées dans notre cerveau mais dans le champ psychique et quantique du Soi.

La conscience est aussi collective au même titre que l'inconscient. L'état de cette conscience collective de nos sociétés, ou de notre civilisation aujourd'hui mondialisée, est malheureusement encore trop primitive. Notre civilisation se fait encore la guerre pour des matières premières comme le gaz ou le pétrole et son organisation économique et sociale produit une trop grande misère. Son niveau de conscience étant si bas, encore trop instinctive, animal qu'il n'est pas encore nécessaire de l'évaluer. Ce ne serait que déception. Si nous prenons une image, notre civilisation serait un adolescent de 15 ans dans la toute puissance qui cependant commence à avoir de bonnes idées, mais ne les mets pas encore en pratique.

En effet, à la fin du XIXème siècle les sociétés auraient pu s'orienter vers une énergie électrique libre en s'appuyant sur les travaux de Nikola Tesla, le monde ne serait sûrement pas autant polluer au CO₂ et notre civilisation aurait inéluctablement changer sur le plan de son organisation et surtout de son niveau de conscience. Malheureusement nous connaissons l'histoire et de son point de vu nous pouvons dire que pour l'instant c'est le siècle ou les sociétés humaines ont montré le pire niveau de conscience de leur histoire connue. Il faut espérer pour le XXIème siècle que l'esprit de compétition de nos dirigeants ne chercheront pas à faire pire.

Cependant, c'est loin d'être gagné, à partir du moment ou la science supprime la spiritualité, elle supprime la Conscience, elle s'égare et transforme l'être humain en une machine. Seulement, nous sommes plus qu'une machine, si nous n'étions qu'une mécanique l'inconscient ne serait pas nécessaire à notre psyché. Ainsi, l'intelligence artificielle pourrait créer hypothétiquement une conscience mais l'inconscient, vu que ce qui est inconscient n'est pas calculé, est hors du temps, comment une machine basée sur le calcul peut-elle à un moment T penser, réfléchir et comprendre l'inconscient pour ensuite l'intégrer à sa « conscience » ou plutôt sa psyché et créer une conscience absolue comme le Soi.

Bien sûr que non, car c'est la Conscience qui investit la matière et non la matière qui crée de la Conscience, la matière n'est que le réceptacle. Les animaux ont une conscience, les plantes aussi et la Terre, notre planète en possède une. Ainsi, tant que les scientifiques penseront l'homme comme une machine, nous resterons des êtres primitifs.

D'ailleurs, le mouvement transhumanisme²⁸ est l'apogée de ce courant de pensée. Si ce mouvement s'imposait à notre société, si l'homme choisit d'augmenter ses capacités physiques et cognitives par ce biais et devenir ce que certains appellent déjà « l'homme augmenté » alors nous resterions encore des êtres primitifs, malgré cette connaissance technologique. Rien ne changerait, nous nous ferions toujours la guerre avec des supers soldats augmentés, nous resterions aussi enfermés dans un système économique qui fabriquerait de la pauvreté comme tous les systèmes économiques car ils produisent toujours une société hiérarchisée, qui elle induit toujours une compétition à l'origine des différences sociales, donc de la misère.

Quelle évolution que ce « transhumanisme ». Quelle fuite en avant. Voyez ou nous emmène la peur, la peur de soi, la peur de s'affronter, de se remettre en question, que ce soit individuellement ou collectivement.

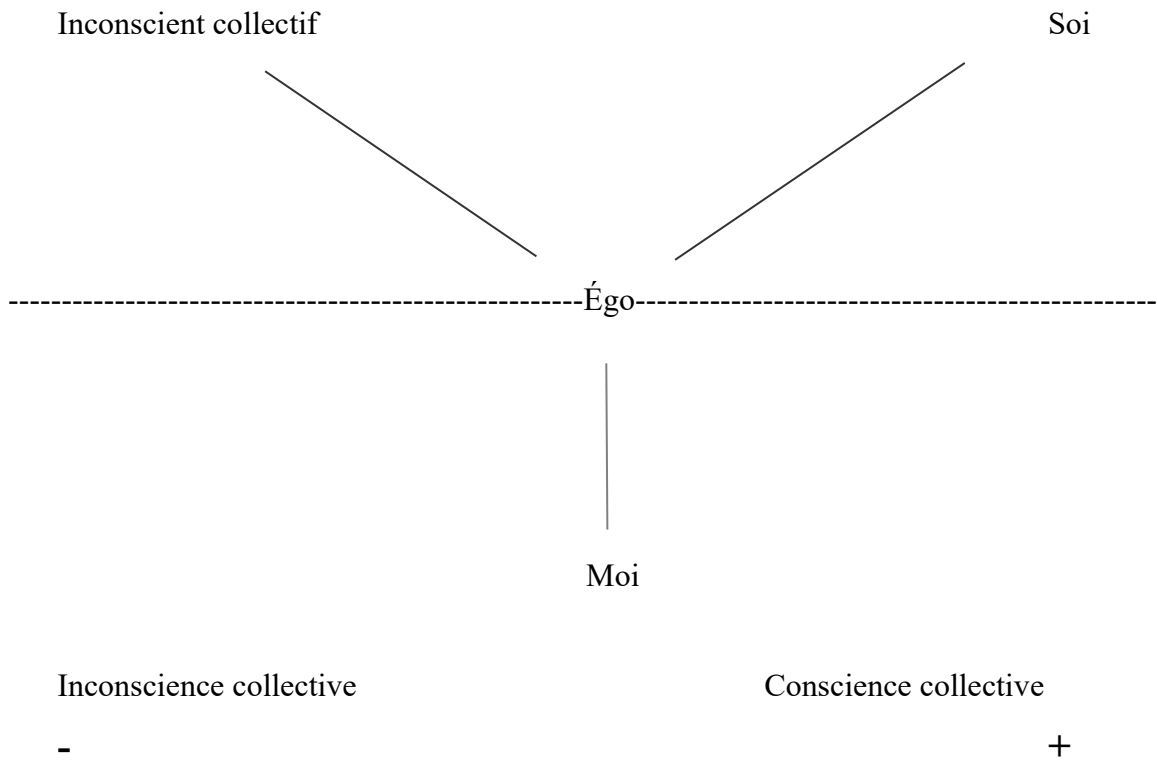
Une fois que nous comprenons et nous acceptons que notre conscience, le Soi, est transcendant, il se pose la question de comment le Soi communique avec la psyché interne au sujet, comment les informations compensatrices inconscientes destinées au conscient arrivent.

C. Jung en développant son concept d'anima/animus²⁹ qui s'oppose à la persona évoque la possibilité qu'elle soit une instance qu'il aurait voulu appeler « conscience morale ». Ainsi, la découverte et l'étude d'un objet qui serait au centre des conflits externes tout en participant de façon superficielle aux conflits internes du sujet, par sa dynamique, serait à la fois conscient et inconscient et de ce fait le passeur d'éléments inconscients vers le conscient, le Moi. Elle serait le pendant de celui-ci. Cette instance serait d'un niveau supérieur aux autres instances du fait de son rôle sur le plan conscient et inconscient, mais surtout parce qu'elle est l'instance du Soi, notre conscience absolue. C'est par elle que passeraient les informations émanant du Soi mais aussi de l'inconscient collectif. Ainsi, comme le Soi et les autres instances elle serait transcendante.

28 http://www.lemondedesreligions.fr/savoir/luc-ferry-le-transhumanisme-parie-sur-le-fait-que-l-homme-est-perfectible-17-06-2016-5548_110.php, Site du journal le Monde.

29 Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, p. 205.

Schéma de la psyché.



Chapitre IV.

L'Égo.

« Connais-toi toi-même ». Devise inscrite sur le frontispice du temple de Delphes reprise par Socrate.

Un jour, je me suis posé la question suivante : « Comment est défini ce dialogue que j'ai avec moi-même en psychologie ? ».

Jung en parle dans le cadre de la relation du Moi avec l'anima³⁰, il emploie aussi les termes « converser avec soi-même » ou de « dialogue intime », je n'ai rien trouvé évoquant un concept ou une définition scientifique. Il dit que ce dialogue « nous devons l'accepter comme un symbole de l'arriération primitive qui nous caractérise »³¹. Je ne valide pas cette affirmation, si ce dialogue avec « Soi-même » existe depuis l'homme primitif, c'est qu'il fait partie de la structure de notre psychisme car il le dit lui-même notre psyché n'a pas changé depuis l'époque de ces primitifs. D'autant plus qu'à cette période, le groupe comprenait beaucoup moins d'individus, ce qui induit que la personnalité sociale était beaucoup moins développée. D'ailleurs, l'exemple qu'il choisit évoque un « dilemme angoissant », c'est-à-dire que le sujet parle à « soi-même » pour obtenir une réponse à son angoisse. En générale, nous nous adressons à nous-même presque constamment.

Au regard de mon expérience, c'est à travers ce dialogue intérieur que j'ai pu répondre à mes angoisses mais aussi modifier certains traits de ma personnalité et de prendre

30 Carl Jung, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Gallimard folio essais, 1964, p. 226

31 Carl Jung, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Gallimard folio essais, 1964, p. 228

conscience de certains conflits dus à des discordances entre « Moi » et ma personnalité sociale. C'est le dialogue avec soi qui permet de trouver des solutions adéquates à nos problèmes. Cependant, ce n'est pas avec notre Soi que nous conversons mais avec notre Égo qui en est son relais car le Soi n'est pas directement accessible consciemment. En effet, si c'était possible de dialoguer avec notre Soi, les comportements d'échec n'existeraient pas et nous aurions accès facilement à notre processus d'individuation qui sont les objectifs du Soi. Ainsi, nous vivrions le parcours de vie défini par le Soi et nos choix seraient la plupart du temps les bons, notre libre arbitre perdrait alors de son utilité et de son sens. Alors nous n'en aurions plus besoin à terme.

Vu que ce n'est pas le cas, ce dialogue avec nous-même a donc un intérêt, celui de l'apprentissage qui permettra à l'individu d'évoluer et de franchir des niveaux de conscience.

Ce dialogue, par exemple, nous donne la possibilité d'émettre des hypothèses pour résoudre notre conflit. En revanche, le Soi via l'Égo ne nous donne pas de réponses immédiates. Pour le Soi inconscient la notion de temps n'existe pas. Afin d'obtenir la réponse il faut comprendre comment interroger notre Soi ? En effet, il ne suffit pas de poser une question, il faut demander « à Soi-même » qu'il nous montre comment faire pour atteindre notre objectif. La réponse viendra sous forme d'idées ou de signes comme des rencontres qui vous mettront sur le bon chemin (type de synchronicité). Pour capter ce genre de réponses, il est préférable d'être attentif et de se connaître intérieurement pour notamment discriminer les idées des pensées.

Ainsi, l'individu doit être dans certains états psychiques pour faire la demande et obtenir la réponse.

Dans un premier temps, le sujet demande au Soi de lui montrer comment il doit faire pour atteindre son objectif, il doit y mettre une forte intention, c'est-à-dire qu'il doit désirer fortement et activement ce qu'il demande.

Dans un deuxième temps, pour recevoir la réponse, il doit être attentif car le Soi ne va pas répondre clairement dans notre réalité, il fonctionne par image, idées, intuitions, rêves ou rencontres. C'est l'état psychique de l'attention qui permettra au sujet d'interpréter correctement la réponse à sa demande lorsqu'elle se présentera à lui.

Donc, les états psychiques sont la clé pour d'une part faire la demande à notre Soi et d'autre part pour comprendre sa réponse.

Le Soi et l'inconscient collectif sont transcendants, pour communiquer avec le Moi du sujet il doivent passer par un objet de la psyché. Ainsi, je postule que ce dialogue s'installe entre le Moi et un objet personnifié complexe et autonome de la psyché qui a accès au Soi et à l'inconscient collectif. Cet objet est à la fois conscient et inconscient et fait partie du Soi, notre conscience absolue. C'est lui qui transmet les informations provenant du Soi et de l'inconscient collectif aux autres instances. Sa place d'interlocuteur avec le Moi conscient implique qu'il en est son reflet social, son image sociale consciente et inconsciente, son Égo. Comme le Soi est « surordonné », j'émet l'hypothèse que cet Égo est l'instance du Soi.

C'est donc avec l'Égo que nous dialoguons. Le Moi converse avec l'Égo car ils se confondent comme enchevêtrés l'un l'autre, ils sont intriqués dans le champ psychique du Soi. Ainsi, l'Égo est l'instance « surordonnée » aux autres car c'est elle qui transmet les informations provenant de l'inconscient collectif et du Soi. C'est pourquoi, notre personnalité sociale est produite par l'Égo, nécessaire à la vie en groupe, car c'est la porte d'entrée aux informations provenant de l'inconscient collectif.

Partant du comportement des particules en physique quantique, notamment leur intrication, par analogie j'affirme que les instances psychologiques sont intriquées entre elles et font partie du système de la conscience, le Soi. Il en va de même pour le conscient et l'inconscient du sujet. Comme le Soi est transcendant, la conséquence de cet état implique logiquement que tous ses contenus le soient aussi. Ils appartiennent donc au champ quantique de la conscience qui est non local et hors du cerveau humain. Cette intrication permet de concevoir les interactions entre les instances.

Avec cette conception, je peux dire que l'Égo reçoit des informations du Ça en ce qui concerne l'émotion. L'Égo transfère des informations sur le plan de la loi au Surmoi provenant de l'inconscient collectif, ainsi le Surmoi participe à minima à l'élaboration de la personnalité sociale. Quant au Moi il a en charge principalement des mécanismes de défense idiosyncrasiques et la cognition du sujet, il a une relation privilégiée avec l'Égo. D'une part, l'Égo est son pendant, son reflet social et d'autre part j'ajouterai qu'un des objectifs du Moi est d'apprendre à maîtriser l'Égo qui gère les émotions du sujet, pour atténuer la toute puissance de celui-ci et ainsi commencer son individuation afin de réaliser les objectifs du Soi à travers le processus d'individuation.

Ainsi, lorsque le sujet a pris conscience de sa personnalité sociale, il dialogue toujours avec l'Égo, mais celui-ci par sa prise de conscience s'alignant sur le Soi, le Moi du sujet

obtient des réponses du Soi qui concernent son processus d'individuation.

Par conséquent, tant que l'individu n'a pas conscience de son Égo, il le confond avec son Moi. Dans ce cas, les deux instances sont centrées sur la personnalité sociale du sujet dont les désirs, les besoins concernent uniquement son Égo.

Par contre, lorsque le sujet prend conscience de sa personnalité sociale, il comprend qu'elle ne le représente pas entièrement. Par une introspection, il pourra alors chercher à déterminer son Moi individué c'est-à-dire dépourvu de sa personnalité sociale pour se trouver et comprendre sa vraie nature et ainsi se réaliser entièrement, du moins sur le plan conscient.

Donc, je définis l'Égo comme une instance de la psyché tels que le Moi, le Ça et le Surmoi. Les trois instances de la théorie psychanalytique définies dans la deuxième topique de Freud (1920), reprisent en psychologie, s'occupent de nos conflits internes, névroses ou psychoses. Je pose l'hypothèse que c'est une instance car elle exerce une action positive dans le sens ou elle prépare l'individu à prendre une place dans le groupe et par conséquent dynamique car résultante des conflits externes.

L'Égo donc gère tous les conflits à l'extérieur du sujet notamment sociaux et communique avec ces trois instances ainsi qu'avec les inconscients, individuel et collectif. L'Égo est l'instance du Soi, il joue le rôle d'émetteur/récepteur de l'inconscient collectif, c'est par lui que les informations circulent. C'est aussi par lui que Le Soi transmet ses informations aux autres instances pour réaliser ses objectifs.

Étonnamment, même si nous n'avons pas pris conscience de l'entierté de notre personnalité, nous réalisons finalement les objectifs du Soi. Quelque soit l'alignement choisi, c'est-à-dire le Moi aligné, via l'Égo, sur l'inconscient collectif ou le Soi. Le chemin de vie sera seulement différent avec de grandes chances qu'il soit plus difficile ou plus conflictuel quand le Moi est axé sur l'inconscient collectif, donc la personnalité sociale.

L'Égo se développe avec la croissance de l'individu. Je postule qu'il négocie avec le Moi l'existence de leur relation, c'est-à-dire son désir d'être en relation avec les autres individus. Si la négociation échoue alors l'enfant tombe dans l'autisme en se détachant de la réalité et en se repliant sur soi. C'est pourquoi par exemple les autistes ont d'énormes difficultés à communiquer avec leur entourage. De plus, le fait qu'ils n'aient

pas de limites corporelles et que leur comportements soient inadaptés renforce mon idée qu'il n'ont pas d'Égo ou au mieux atrophié car la personnalité sociale ne se développe pas ou très peu. Ce qui pourrait expliquer aussi les différents niveaux d'autisme.

En outre, pendant l'enfance si un syndrome névrotique ou psychotique se développe alors l'Égo s'inhibe et la transmission des informations de l'inconscient collectif subit une distorsion. C'est pourquoi, dans ce type de psychopathologie il est rare de discerner les contours de l'Égo. Le sujet ayant décompensé, pris au piège par ses conflits internes, cela produit la perte des repères sociaux qui déséquilibre les expressions de l'Égo sur le plan émotionnel.

Il n'y a que pour la paranoïa ou je pense que c'est l'Égo qui est hypertrophié et non le Moi du sujet car les patients atteints de cette psychopathologie ont une personnalité sociale qui s'est développée normalement puisque cette maladie se révèle en générale après 40 ans et surtout il sont dans la toute puissance. Comme le disait un professeur pendant mes études : « Allez dire à un paranoïaque qu'il est paranoïaque. » Ce diagnostic chez ce type de patient est toujours rejeté.

Pour la normalité, de 0 à 6 ans, l'Égo est en formation, c'est-à-dire qu'il s'installe pour être optimum dès 6 ans et commencer la programmation des informations de l'inconscient collectif, donc dès l'apparition de la période de latence. Même si bien sûr, entre 0 et 6 ans la programmation a déjà débuté mais dans une moindre mesure en incorporant les normes basiques familiales et culturelles ainsi que les notions de bien et de mal. Parallèlement, le Moi se construit en fonction du parcours de l'enfant.

Mais à six ans commencera l'apprentissage social avec l'entrée à l'école. Dès cet âge, l'enfant apprend tous les jours sur le plan scolaire mais aussi social. Il comprend la relation hiérarchique présente partout dans la société notamment au sein de l'école. Il sait discriminer la directrice ou le directeur de l'école des enseignants ou du personnel de la cantine. Comme il sait aussi distinguer les rapports hiérarchiques dans la cours de récréation. Il reconnaît le chef de bande de l'école et sa bande. Il différencie les jeux des filles et des garçons. Je précise qu'au niveau pré-élémentaire, le chef de bande n'existe pas car l'image du chef n'est pas encore introjecté par l'enfant à ce stade de développement.

Avec l'apprentissage de la lecture et du calcul vont se construire les premiers schèmes cognitifs qui structureront et organiseront sa compréhension du système dans lequel il évolue. Ces premiers schèmes vont constituer ses croyances basiques qui lui permettront

de s'adapter ou pour être plus précis, comme le dirait Georges Devereux³², mobiliser son adaptabilité créatrice. Ces schèmes sont la base de la programmation de l'Égo car l'enfant grâce à eux pourra interpréter les situations nouvelles auxquelles il sera confronté. Plus il grandira plus les schèmes cognitifs incorporés seront élaborés.

L'enfant va apprendre aussi le respect, les civilités qui lui donneront les premiers codes de communication avec le reste du groupe.

De 2 à 6 ans les rapports avec les autres enfants sont primaires car l'Égo est primaire. En effet, au début de son développement il s'exprime de façon primitive dans la relation aux autres comme avec la période de la morsure, réponse émotionnelle, pour certains qui commence vers 15 mois et se termine vers 3 ans. Elle est concomitante à la phase d'opposition qui débute vers 2 ans.

Avec l'acquisition du langage l'Égo commencera à quitter son stade primaire et commencera lentement sa fusion avec le Moi. A l'âge de 6 ans, l'enfant arrive à manipuler des concepts un peu plus élaborés. Les notions telles que l'amitié, l'amour, la contrariété, la tristesse, la joie sont incorporées.

Pendant, cette période de latence, l'Égo intègre les règles du groupe et la compétition du système hiérarchisé dans lequel il évolue. Vu que c'est à la base de sa programmation, cette organisation deviendra la vérité la plus ancrée dans celui-ci, c'est-à-dire que pour la plupart des individus il n'y a que ce système qui est possible. Ils sont dans l'incapacité d'imaginer un système basé sur la coopération. L'évidence vient du fait que de l'âge de six ans jusqu'à 16 ans, l'âge auquel l'école ne devient plus obligatoire, l'enfant incorpore le seul modèle auquel il est confronté, celui de notre monde. Il ne peut en aucun cas vivre dans un autre système pour se forger une meilleure opinion sur celui dans lequel il préférerait vivre, vu qu'il n'en connaît qu'un. De plus, l'inconscient collectif avec la représentation du chef qui produit la compétition et la domination forge la manière de concevoir mais aussi de croire à cette seule possibilité.

Cette incorporation d'un modèle unique orientera de façon définitive la formation et le développement de l'Égo. L'introjection par le sujet des règles et des valeurs sociales du groupe telle que la compétition du système hiérarchisé vont le séparer petit à petit de son Moi individuel afin qu'il trouve sa place dans le groupe. L'Égo à l'adolescence ayant acquis la puissance nécessaire fusionne avec le Moi et prend en charge les émotions. En se développant, du fait de sa programmation par les contenus de l'inconscient collectif qui sont sa base de référence, il installe la personnalité sociale comme nous

32 Georges Devereux : (1908-1985) Fondateur de l'ethnopsychiatrie.

implanterions un programme dans un ordinateur. C'est lui qui donne l'impression au Moi d'être la personnalité sociale. Une fois que le Moi via l'Égo s'identifie à sa « persona », la comparaison, l'évaluation et le jugement produisent à l'adolescence un sur-investissement émotionnel. Lorsque je lis dans les journaux que tel adolescent c'est suicidé à cause des moqueries, insultes ou harcèlement de la part de ses camarades d'école sur les réseaux sociaux, je mesure le sur-investissement émotionnel de la population des adolescents à vouloir adhérer un groupe et à quel point la comparaison, l'évaluation et le jugement géré par l'Égo peuvent générer comme dégâts sur le plan psychologique de cette population.

Ce type de faits divers confirme le fait que l'Égo fusionne avec le Moi de l'individu. Naïvement, certains seraient tentés de dire qu'il fallait juste se désinscrire de ces réseaux mais malheureusement ce n'est pas si simple et aussi donner à tout le monde de pouvoir sortir volontairement du groupe sans prise de conscience, donc de s'isoler, car tout le travail de l'Égo est d'insérer et de maintenir l'individu dans le groupe.

Arrivé à l'âge adulte l'individu doit trouver un emploi pour quitter la cellule familiale et commencer sa vie de manière indépendante et autonome financièrement. Le monde professionnel est le lieu où l'Égo règne en maître. En effet, les Égo s'affrontent dans une compétition sociale pour obtenir un statut professionnel privilégié qui leurs permettra d'acquérir des biens matériels et une vie confortable. Les objectifs sociaux que les individus se fixent renforcent la prédominance de l'Égo sur le Moi individuel. En donnant le rôle principal à l'Égo leur personnalité sociale adopte les comportements du rôle sociale définit par leur statut.

Par exemple, si nous observons le niveau de langage en fonction du poste occupé, nous constatons que plus nous montons dans la hiérarchie plus le langage est soutenu et à l'inverse plus il est familier. Il est vrai que je n'ai jamais vu un chirurgien parler, (j'ai passé cinq ans de ma vie à leur vendre des produits), comme un mécanicien ou de la même façon un employé d'un service courrier ne s'exprime pas de la même manière que son ou sa responsable des ressources humaines. Il est aisé de comprendre comment notre personnalité sociale adopte des comportements qui proviennent de notre rôle social et non de notre Moi individuel grâce à l'Égo.

Par conséquent, les étapes qui se succèdent de l'adolescence à l'âge adulte privilégie l'Égo comme instance première et qui assujettira l'individu à comparer, évaluer et juger les autres. Ces trois actions qui sont induites par la compétition sociale permettent de renforcer constamment la primauté de l'Égo.

La comparaison permet au sujet de discriminer les objets, les individus qu'il rencontrera et les situations qu'il vivra.

L'évaluation lui permet de définir des niveaux, des degrés, des paliers, c'est-à-dire de mesurer ou de classer les objets, les individus ou les situations.

Le jugement lui permet d'émettre un avis, de se faire une opinion et de prendre des décisions.

Ces trois actions s'expriment dans le cadre limité du système dans lequel l'individu évolue puisque la plus grande partie de la programmation de l'Égo est faite par l'inconscient collectif. Certes, l'individu doit incorporer un minimum d'informations pour évoluer au sein du groupe. La construction de la personnalité sociale devient une priorité pour que l'individu puisse vivre en groupe. Le fait que l'Égo est aussi un relais de l'inconscient collectif, c'est lui qui contrôle son développement. C'est ainsi que la personnalité sociale vient masquer le Moi individuel et fusionner avec lui. Ce qui affaiblit le Moi et permet à l'Égo d'être dans la toute puissance.

Prenons un exemple caricatural pour expliquer ce propos. Lorsqu'un chef d'État fait le choix d'envoyer des soldats se battre pour des matières premières, c'est son Égo qui fait ce choix et non son Moi. En effet, pour être chef d'État aujourd'hui, l'individu ne peut être qu'enfermé dans sa personnalité sociale donc contrôlé par son Égo.

D'une part, nous ne sommes plus à l'époque où cette charge se transmet par les liens du sang, aujourd'hui il est élu mais surtout il ne va pas sur le terrain se battre avec ses soldats ; il se cache derrière son statut social, il n'assume pas son choix.

D'autre part, pour arriver à être élu Président il faut avoir introjecté tous les codes sociaux et coller au mieux à l'image que ce fait la société d'un chef d'État. Seul l'Égo permet cette réalisation, car le Moi individué, donc sur le chemin de la conscience ne peut pas prendre cette décision. Et à un certain niveau de conscience le Moi individué ne nous permet pas de faire des choix qui ôtent la vie d'enfants, de femmes et des hommes pour du pétrole ou du gaz quelques soient les intérêts économiques du pays. C'est trop dissonant avec la conscience.

Cet exemple montre le niveau de conscience de nos dirigeants au vu de ce qu'on peut lire dans les journaux ou les sites d'informations tels que le Monde, le Figaro ou Libération.

Les informations que l'inconscient collectif transmet à l'Égo lui permettront d'assimiler les archétypes, les représentations, les valeurs, les normes, les attitudes, les principes, les

codes et les rôles contenus dans l'inconscient collectif des groupes auxquels il appartient ou avec lesquels il est en accord.

Au cours du développement de l'Égo du sujet, ces trois actions (la comparaison, l'évaluation et le jugement) participent à la construction de son identité sociale. Le sujet s'auto évalue en se comparant avec le reste du groupe et émet un jugement sur lui-même. Si le jugement est positif, cela ne veut pas dire vrai, alors l'individu sera dans l'estime de soi et l'Égo « se gonflera », à l'inverse il se mésestimera, ici aussi, son ressenti ne sera pas obligatoirement la vérité mais l'Égo s'inhibera.

En effet, il y a une différence entre la perception de soi et ce que les autres perçoivent de nous parce que nos sens de perception sont propres à nous même. Ce qui implique que la réalité que l'individu perçoit n'est valable que pour lui. Je l'ai déjà montré au début du chapitre qui traite la question du Soi.

Pour la conscience de soi les prémices s'observent avec le stade du miroir entre les 6 et 12 premiers mois de la vie pour H. WALLON³³, l'enfant prend connaissance de son image. Son développement se termine à l'âge de 18 ans avec l'acquisition de la capacité de se projeter dans l'avenir. Il est évident que ce sont les outils de la psyché qui achèvent leur développement car la conscience de soi évolue tout notre vie, vu qu'elle est aussi liée à nos identifications. Elle alimente l'Égo de l'image que les autres se font de nous et comment ils nous renvoient cette image. Ainsi, la conscience de soi est toujours sociale et c'est en analysant le retour d'image que les autres se font de nous que l'Égo s'évalue. Une bonne ou mauvaise évaluation dépendra des situations sociales vécues (l'expérience de vie) qui produiront un effet négatif ou positif ou qui rendra optimiste ou pessimiste l'individu. Ainsi, la conscience de soi est corrélée aux états psychiques du sujet.

En effet, lorsque l'individu tombe amoureux, il se voit à travers le regard de l'autre, amoureux aussi, dans ce cas la conscience de soi est positive. Cependant, si la phase d'état amoureux n'arrive pas à se transformer en amour, alors le couple ne retrouvant plus l'intensité initiale dans le regard de l'autre, les deux se détachent petit à petit jusqu'à ne plus voir l'autre comme l'être aimé, l'émotion amoureuse se déprécie pour finir par la séparation. Pour celui qui est quitté les affects ressentis produisent des états psychiques qui sont souvent douloureux. Ces états augmentent les probabilités que l'Égo de l'individu tombe dans une conscience de soi négative qui produira une mésestime de soi.

Ce type de relation se retrouve plus souvent et plus rapidement pendant l'adolescence ou

33 Henri Wallon, (1879-1962) psychologue, a produit beaucoup de travaux sur le développement de l'enfant.

le changement de partenaire est plus fréquent du fait du sur-investissement émotionnel de cette période. Néanmoins, la mésestime de soi, pour la plupart, ne dure jamais très longtemps.

Un autre exemple basé sur les relations à l'école, le dernier de la classe à une conscience de soi souvent négative, car le groupe « classe » ne valorise jamais le dernier, le « loser » dont l'Égo adopte souvent des comportements déviants³⁴.

Par conséquent, l'Égo gère aussi l'émotion qu'elle soit positive ou négative. L'émotion est générée par l'expérience de vie de l'individu. C'est ce qu'il vit qui le fait agir ou réagir et qui produit les états psychiques. Ainsi, l'Égo investit une quantité d'émotion, selon les situations, qui sera différente chez chaque sujet pour un même fait puisque je le rappelle chacun perçoit la réalité singulièrement.

Vu qu'il est en charge de l'émotion, voyons trois traits positifs et trois traits négatifs de l'émotion pour comprendre comment l'Égo se comporte.

Les traits émotionnels positifs sont produits par l'Égo mais ils provoquent son inhibition donc une baisse de son intensité, la tension interne chez l'individu alors se réduit fortement ce qui permet au Moi individuel de reprendre sa place. Ainsi, l'émotion positive influence l'inhibition de l'Égo lorsque l'individu s'inscrit dans le moment présent.

Le trait émotionnel de la joie produit par l'Égo crée une sensation euphorique et de contentement chez l'individu. C'est un moment agréable qui procure au sujet une sensation de bien-être. Pour connaître cet état le sujet est dans l'ici et maintenant, c'est-à-dire que l'individu se décentre de sa personnalité sociale par le lâcher prise pour profiter du moment présent et de sa perception sensitive. Il n'est plus dans l'évaluation, la comparaison et le jugement. Ainsi, l'Égo s'efface ponctuellement et ne parasite plus l'individu qui vit pleinement cet instant de joie, sans calcul.

Le trait émotionnel de l'amour place le sujet dans un bien-être profond. Il est dans l'acceptation de tout ce qu'il vit. Dans cet état le conflit externe ne peut pas exister car le sujet est en accord avec l'instant vécu. Ici aussi l'Égo se dissout, dû à une tension interne très basse et au fait que l'individu vit pleinement le temps présent en se tournant vers l'

34 Dans le sens différent de la norme.

autre. L'expression « l'amour est aveugle » qui signifie que la personne aimante accepte tout de son partenaire s'explique par le fait que l'Égo, dans cet état est tellement réduit par une tension interne très basse, qu'il est dans l'incapacité vis-à-vis de l'autre d'entrer en conflit.

Le trait émotionnel de l'empathie comme l'amour produit une baisse intense de la tension interne du sujet mais dans ce cas la raison première est que l'individu se décentre complètement de lui-même pour ressentir et comprendre les émotions qui envahissent la personne avec laquelle il est en interaction. Ici l'Égo devient, pour le Moi individué un outil d'évaluation d'émotion appartenant à quelqu'un d'autre. Ce trait émotionnel par contre est contrôlé par peu de personnes car il nécessite une capacité introspective importante et un niveau de conscience élevé. Ce qui nécessite une bonne maîtrise de son Égo par le Moi individué qui a pris conscience de sa personnalité entièrement.

A travers ces trois exemples, je constate que le sujet qui vit dans le moment présent se décentre de lui-même, place son Égo dans un état de tension interne bas qui permet de vivre ces émotions positives et laisse réapparaître le Moi. Lorsque nous sommes dans des états psychique positifs ou l'individu ne peut pas se contenir, le masque tombe, il n'est plus question de personnalité sociale, le sujet en lâchant prise libère son Moi individuel de la contrainte de l'Égo. Le sujet est réellement lui-même qu'il ait pris conscience ou pas de son Égo.

Les traits émotionnels négatifs, quant à eux, place l'Égo en fonction de chaque sujet sur un continuum dont les extrêmes vont de l'introversion totale à l'extraversion totale. Ces émotions laissent l'Égo s'exprimer dans toute sa puissance, à ce stade il est difficilement contrôlable. La tension interne s'accroît chez l'individu et produit un mal-être qui le déséquilibre.

La colère chez l'individu est produite par un comportement, un mot ou une phrase et une situation. Elle survient souvent après un échange verbale qui envenime la situation et l'un des deux protagonistes rentre dans une colère immodérée qui souvent dégénère en insulte ou en échange de coups.

En effet, une expérience personnelle m'a fait prendre conscience de l'enfermement inconscient que nous impose l'Égo quand l'émotion est négative.

Dans le métro parisien, le matin aux heures de pointe, deux femmes, d'une trentaine d'années, apprêtées pour aller travailler, ont commencé à se battre comme des hommes, coup de poing, coup de pied, empoignade, l'une d'elle fut mise à terre, l'autre se trouvant au-dessus, lui prit la tête par les cheveux et commençait à cogner sa tête contre le sol du wagon. A ma grande surprise, tout le monde détournait le regard. Personne n'a eu le réflexe de les séparer à part un homme et moi-même. Pourtant une dizaine de personnes entouraient la scène de ce combat. Je dois dire que cette violence était née du fait que l'une d'entre elles avait avec sa valise rouler sur le pied de l'autre sans s'excuser. Il a fallu que nous les séparions trois fois de suite. La troisième séparation m'a permis de bloquer celle qui prenait largement le dessus dans cette bagarre contre la porte du métro et quand celui-ci fut arrivé à une station je lui ai demandé de changer de wagon. Voyant mon insistance et parce que je pense l'avoir flattée en lui disant qu'elle avait pris largement le dessus, ce qui était vrai d'ailleurs, elle descendit de la rame pour rentrer dans la suivante. Cette situation nous montre comment certaines émotions négatives produisent des relations conflictuelles. Dans ce cas, une inattention ou une maladresse pour laquelle aucun signe de communication fut perçue par l'agressée, comme des excuses, a produit une interaction violente. Ces états émotionnels extrêmes amènent l'Égo des individus, les femmes comme les hommes, à devenir animal, donc primitif car dans la toute puissance.

Analysons certains points de cette situation, comme tout d'abord l'attitude de ceux qui ne sont pas intervenus. Spectateurs d'une scène violente, ils sont restés là, en détournant le regard, sans même dire un mot. Pourquoi ce comportement ?

Facilement, dans un premier temps, nous pourrions les qualifier de lâche. Mais en poussant la réflexion, je constate que c'est l'Égo qui est à la source de cette posture. La peur, celle qui vous paralyse à la vue d'une situation violente et d'autant plus si vous avez été très rarement, voire jamais, confrontés à ce type de scène. Ainsi, cette peur issue de notre Égo nous conduit à adopter des comportements inhumains. Ici, les personnes n'ont pas bougé car leur programmation ne leur a pas permis de le faire, l'Égo contrôle en grande partie nos choix, donc nos actions et nos réactions. Mais surtout il gère notre émotion comme la peur qui en fonction du parcours de vie du sujet lui permettra de réagir correctement sans inhibition ou à l'inverse le figera telle une statue annihilant toute possibilité de réaction.

Pour les deux combattantes, en revanche, l'Égo a fait jouer chez elles d'autres émotions telles que la colère, la frustration et, pour celle qui ne s'excusa pas, le mépris. Ces

émotions conduisent souvent à la négation de l'autre, à ne plus le reconnaître comme soi et de là, franchir le pas vers l'inhumanité de l'homme.

Le trait émotionnel de la contrariété provient de la frustration, je le vois facilement chez l'enfant qui n'obtenant pas ce qu'il désire se frustre, puis devient contrarié de cette frustration que son Égo n'a pas pu accepter. D'ailleurs, on dit de cet enfant qu'il « boude ». L'adulte, lui, devrait être en mesure de pouvoir plus facilement accepter les situations frustrantes. La réalité nous montre que ce n'est pas évident. L'Égo n'accepte pas le refus ou l'opposition, il veut toujours être dans la toute-puissance. En comprenant que ce n'est pas le cas, alors il se contrarie. Cette contrariété peut amener le sujet à des prises de positions irréversibles et dramatiques comme on peut le voir avec les conflits au sein des familles ou dans les histoires racontées dans les Livres Sacrés comme l'histoire d'Abel et Caïn³⁵. Ce fratricide, d'ailleurs, est même devenu un symbole commun à la partie du monde dont la religion culturelle est monothéiste pour évoquer les conflits d'une fratrie. Finalement, la contrariété comme la frustration peuvent engendrer aussi la colère et laisse l'Égo à ses instincts primaires.

Le trait émotionnel de la tristesse est investi par l'Égo lorsque l'individu subit une situation désagréable sur une période donnée ou lors de la perte de l'objet aimé, sinon elle se manifeste dans un état mélancolique ou nostalgique. Lorsque l'état du sujet est envahi par la tristesse, l'Égo est dans une phase de mésestime de soi, il se replie sur lui-même et se dénigre. L'individu culpabilise, se plaint dans sa peine ou s'auto-flagèle. Cette situation qui enferme le sujet l'empêche de trouver les ressources mentales et physiques pour sortir de cet état rapidement. Comme on dit : « nous n'arrivons pas à nous reprendre ».

Si nous prenons l'exemple du chagrin d'amour, l'état de tristesse provient de la blessure narcissique que l'autre nous inflige en nous quittant. C'est de cette manière que nous interprétons cette situation. Cependant, ce n'est pas l'autre qui nous blesse narcissiquement, car l'autre est libre de faire ce qu'il veut, il ne nous appartient pas. C'est notre Égo qui ne supporte pas d'être abandonné, de ne plus être au centre du monde qui nous place dans un état de tristesse se blessant lui-même. Chez certains individus ou dans certains états, l'Égo produit un comportement « autodestructeur ».

35 La Bible, le livre de la genèse, chapitre 4, verset 6-9.

Pour conclure, les émotions négatives centre le sujet sur l'Égo. Quand le sujet est dans des états psychiques négatifs, l'Égo est dans la toute puissance, car il est axé sur la personnalité sociale, que l'individu soit extraverti ou introverti, il génère des comportements négatifs chez le sujet. Ceux-ci produisent des conflits dont la source, ici, est externe au sujet. Ainsi, les émotions négatives accroissent la tension interne de l'individu qui développe un état de mal-être. Parfois cet état peut être à la source de drame familiaux ou sociaux.

Par conséquent, l'Égo influence nos états psychiques, qui pour le versant des traits négatifs ne peut que produire un conflit.

Par ailleurs, l'Égo gérant nos émotions c'est lui qui produit la peur. Reste d'un instinct primaire, enfoui dans l'inconscient collectif et individuel, depuis que l'homme est sorti de sa vie primitive. La peur du mammouth ou d'un félin, ou plutôt de son environnement de l'époque, s'est transformée, aujourd'hui, en peur imaginaire que beaucoup ont expérimentée dans leur parcours de vie professionnel et personnel, la peur de ne pas être retenu pour un emploi, la peur d'arrivé en retard au travail, la peur de passer dans une rue non éclairée, la peur de l'orage, etc. ...

C'est, donc, lui qui est à la base de toutes vos peurs irréelles dues à de probables projections, des doutes ou une perte de confiance en soi. C'est différent de la phobie qui, elle, concerne les conflits internes inconscients comme avoir une phobie des serpents pour un français vivant à Paris alors qu'il a très peu de chance de croiser cet animal.

En outre, il ne supporte pas le changement, c'est une instance routinière. Lorsque vous vous projeter dans le futur avec l'idée de changer de vie, de métier ou de déménager, l'Égo se crispe et produit la peur du changement. Alors la petite voix dans votre tête, (ce dialogue intérieur), commence à se poser des questions du type comment vais-je faire, est-ce que cela va marcher, est-ce que je vais réussir, Toutes ces interrogations vont vous faire douter, voire vous empêcher de réaliser des nouveaux projets.

C'est aussi cette petite voix qui, lorsque vous avez passé des entretiens d'embauche et que vous attendez une réponse, vous dit : « regarde, ils ne t'appellent pas, ils ne vont pas me choisir. » ou « J'aurais dû dire ça et ça, je n'ai pas su répondre à cette question ». Ce type de phrases beaucoup d'entre nous ce sont déjà entendu les penser ou dire à voix haute. L'Égo dans sa toute puissance accepte la compétition sociale, cependant il veut gagner à chaque fois, sinon quand il perd, il se dénigre. Ce dénigrement, issu d'expériences précédentes engrammées, dans ces situations, engendre la peur de ne pas

être retenu pour un travail, obtenir un concours ou un examen, etc.

Sur un autre plan, beaucoup d'individus n'arrivent pas dire non, c'est-à-dire répondre par la forme négative à une sollicitation, car ils ont peur de créer une réaction désagréable chez l'autre qui les placeraient dans une situation qu'ils ne sauraient contrôler ou qui deviendrait conflictuelle. Et finissent par s'entendre dire « pourquoi, j'ai dit oui ? ».

Au quotidien vous retrouvez ce comportement au travail, combien d'entre vous ne disent jamais non à leur supérieur hiérarchique tout en sachant pertinemment quand disant oui, ils se mettent en difficulté.

Ou bien, quand un parent ne dit pas non à son enfant qui lui réclame un nouveau jouet tous les jours.

Ou encore, on vous invite à une soirée mais vous n'étiez pas trop motivé pour y aller.

Dans ces situations, dont la liste ici est loin d'être exhaustive, vous n'êtes pas vous-même. C'est votre Égo qui vous commande et qui induit vos comportements. Car si vous êtes vous-même, c'est-à-dire que vous exprimez aux autres votre vrai ressenti, vous dites non quand c'est nécessaire, non pas par contradiction uniquement comme l'enfant de deux ans dans sa phase d'opposition. C'est un non, ressenti et réfléchi et surtout explicable.

Autrement, l'Égo a aussi des aspects positifs quand il est centré sur la personnalité sociale. Vu qu'il recherche la toute-puissance, les individus, par exemple, dont l'ambition est raisonnée réalisent leurs objectifs. Dans ce cas, l'Égo a un effet positif car il permet d'atteindre son but. Je pense notamment aux personnes qui entreprennent de créer une société ou des études de médecine, de droit pour devenir avocats, magistrats, médecins ou chirurgiens. En fait, ceux qui s'orientent vers des métiers nobles ou fortement valorisés par la société et qui maîtrisent leur personnalité sociale atteignent leur buts grâce à l'Égo, mais en ayant une image d'eux-même supérieure aux autres.

Enfin, être égocentrique parfois peut être bénéfique pour les personnes qui désirent faire un métier artistique. L'art demande souvent une introspection profonde à l'individu sur le plan émotionnel, donc se centrer sur soi, afin de retranscrire grâce à une technique artistique l'émotion qu'il ressent au moment de sa création. Ici l'Égo est l'expression de la re-direction de la pulsion. En psychanalyse S. Freud a appelé cette conversion de la pulsion processus de sublimation.

Pour conclure, l'Égo gère nos émotions, s'il n'est pas contrôlé ou dirigé il produit « naturellement » un effet négatif sur l'individu en l'enfermant dans des comportements qui le conduisent à l'échec par la peur, en produisant des émotions négatives ou en exprimant le conflit inconscient. La pression du groupe centre l'individu sur sa personnalité sociale qui est le produit de l'inconscient collectif. Ainsi, cet alignement (Égo, personnalité sociale, inconscient collectif) de l'Égo éloigne l'individu de la prise de conscience et de son Moi individué.

Ce segment peut tout de même être une source de réussite pour les individus qui incorporent au mieux les codes du groupe qui leurs permettent d'évoluer dans des classes sociales privilégiées, mais cette réussite leur donne un sentiment de supériorité qui ne leur permet pas de faire évoluer leur conscience malgré leurs compétences cognitives.

Néanmoins, l'Égo devient positif pour l'individu quand celui-ci commence à chercher un équilibre émotionnel induit par ses choix et par un travail introspectif qui lui permettra de comprendre son fonctionnement et de le maîtriser. Cette maîtrise permettra au sujet d'atténuer les tensions produites par l'Égo, ce qui libérera le Moi individuel qui pourra par la prise de conscience de son parcours de vie l'amener sur le chemin de l'individuation (Moi individué). Dans ce cas le Moi, l'Égo maîtrisé et le Soi tendent à s'aligner.

Nous venons de voir que l'Égo est cet interlocuteur interne qui s'exprime égoïstement lorsque le sujet a revêtu le costume de sa personnalité sociale. Dans cette position l'Égo projette, critique, juge, médite, se vante, ment, il donne accès au sujet à toute la palette de comportements négatifs qui produisent le conflit externe. En effet, lorsque l'Égo est centré sur la personnalité sociale le sujet devient égocentrique et ne peut avoir de comportement altruiste sans intérêt. Soumis aux règles, valeurs et normes du groupe, il s'insère dans la compétition sociale comme un cheval de course à qui on met des œillères avant le départ d'un grand prix. En laissant l'Égo le conduire, il s'éloigne de la prise de conscience et pour ceux qui ont une place privilégiée dans le groupe, la fin justifiera les moyens pour garder celle-ci.

Par conséquent, ceux qui dirigent nos sociétés démontrent chaque jour ma théorie de l'alignement de l'Égo sur la personnalité sociale, cet axe éloigne le sujet de la prise de conscience, donc de l'intelligence.

G. Devereux en développant sa discipline l'ethnopsychiatrie a mis à jour les mécanismes de défense que propose la culture d'un groupe. Ces mécanismes de défense que la société propose aux individus prennent la forme de rituels, d'apprentissages ou de représentations. Je n'ai pas établi une liste exhaustive de tous les aspects que prennent ses moyens de défense que propose la culture d'un groupe, cependant je vais donner un exemple pour les mécanismes cités ci-dessus.

Lorsqu'un individu subit un stress qui ne lui permet pas de mobiliser un mécanisme de défense idiosyncrasique ou social alors il sera traumatisé. Lors de la perte d'un être cher pour palier à la tristesse de la famille, les sociétés ont mis en place des rituels, dans ce cas elles proposent souvent des regroupements comme les veillées mortuaires où chacun vient dire quelques mots sur la personne décédée. Le groupe, ici, accompagne la tristesse de la famille jusqu'à la mise en bière du défunt.

Les apprentissages sociaux permettent souvent à l'individu d'atténuer certains stress. Aujourd'hui dans notre société quelqu'un qui ne sait pas la lire aura énormément de difficulté à trouver un travail car la majorité des emplois, même pour les moins valorisés comme techniciens de surface, nécessite cette compétence. L'individu se retrouvant sans travail a de forte chance de se retrouver exclu, sans domicile fixe s'il n'est pas aidé ou accompagné.

Quant aux représentations de l'inconscient collectif, elles peuvent servir à atténuer un stress. Je reprendrai l'exemple de G. Devereux car il est tout simplement très bien choisi. Il nous dit qu'« il est probable que la perte d'un fils à la guerre traumatisait plus profondément une mère athénienne qu'une mère spartiate, conditionnée par sa culture à tirer gloire et réconfort d'avoir sacrifié un fils à la cité »³⁶. Ici, la représentation qu'est l'image du sacrifice pour le groupe, étant hautement valorisée dans la société spartiate, lui permet d'amortir le traumatisme que provoque la tristesse pour une mère qui vient de perdre son fils au combat.

Ces mécanismes de défense ne sont pas administrés par le Moi puisqu'ils sont extérieurs à l'individu. C'est l'Égo qui permet l'introjection de ses moyens défensifs que l'inconscient collectif du groupe met à disposition de l'individu. De plus, leur accès est hiérarchisé, car lorsque l'individu subit un stress et qu'il n'a pas encore accès à ce type de

36 G. Devereux, « Essais d'ethnopsychiatrie générale », collection tel, Gallimard, p. 8

défense il peut en ressortir traumatisé notamment pour les populations de basse condition sociale.

G. Devereux pour avoir travaillé le sujet nous dit qu'« une variante de ce genre de situation est celle des classes défavorisées auxquelles on dénie systématiquement l'accès aux défenses que la culture réserve uniquement aux privilégiés »³⁷. Ce constat a été révélé par deux sociologues, Bourdieu et Passeron dans leur livre « La reproduction » en 1971, ils ont montré que l'école maintenait l'ordre sociologique de la société du fait qu'elle ne permettait pas aux élèves des classes défavorisées d'avoir accès aux postes à haute responsabilité.

Ces arguments renforcent ma proposition faite dans le chapitre de l'inconscient collectif que l'individu est relié via l'Égo de façon personnalisée à différents niveaux de l'inconscient collectif en fonction de sa culture, de sa classe sociale ou de sa localisation sur le globe.

La perception de l'Égo est donc une chose difficile et subtile à distinguer car d'une part il faut posséder les informations nécessaires pour constater son existence et d'autre part il faut une ouverture d'esprit qui permette d'accepter son existence pour le discriminer et arriver à sa prise de conscience. Nous ne pouvons trouver que ce que nous croyons possible, tout ce à quoi nous ne croyons pas nous ne l'observons pas et de ce fait nous ne pouvons pas en comprendre les mécanismes.

Ainsi, l'objectivité dans l'observation n'existe pas, il serait donc préférable d'adopter la position des physiciens quantiques dont la méthode prend en compte la subjectivité de l'observateur comme liée à la mesure car elle dépend des choix de celui-ci.

Qui aurai cru que notre Conscience était hors de nous avant que la physique quantique le démontre, pas grand monde.

D'après l'encyclopédie universalis³⁸ il est écrit, « l'Égo concerne la psychologie du Moi. Le Moi comprend les fonctions cognitives, du langage et toutes les autres fonctions notamment adaptatives définies en psychologie générale. Dans cette théorie, on peut noter l'importance accordée aux tâches d'adaptation à la réalité, l'hypothèse d'un Moi

37 Idem.

38 Daniel WIDLÖCHER : professeur de psychiatrie à l'université de Paris-VI-Pierre-et-Marie-Curie, chef de service de psychiatrie (adultes) au groupe hospitalier Pitié-Salpêtrière. <https://www.universalis.fr/encyclopedie/psychologie-du-moi/>

relativement indépendant des conflits psychiques internes, qui serait l'Égo. Parmi les incidences de cette conception sur la technique de la cure, il faut souligner l'importance accordée à l'analyse des systèmes défensifs (vis-à-vis des pulsions) et adaptatifs (vis-à-vis de la réalité).

L'Ego psychology a exercé une grande influence sur la psychanalyse américaine, tandis qu'elle suscite d'importantes réserves de la part de nombreux psychanalystes, en particulier en Europe. On lui reproche de développer un intérêt excessif pour les fonctions adaptatives au détriment de l'écoute des désirs inconscients et d'entretenir une confusion entre une distinction qui se fonde sur l'analyse du conflit intrapsychique et les extrapolations auxquelles elle prête. Les discussions auxquelles cette tendance donne lieu, et qui prennent parfois un ton passionnel, alimentent un des plus importants débats qui animent aujourd'hui encore le mouvement psychanalytique ».

La réponse à l'existence et au rôle de l'Égo ne se fait sûrement pas au « détriment des désirs inconscients » qui produisent le conflit interne. Les fonctions adaptatives concernent les mécanismes de défense idiosyncrasiques et elles non plus ne doivent pas être négligées dans l'analyse, cependant l'Égo ne s'en occupant pas, la réponse ne viendra pas non plus de cette observation.

Le Soi est transcendant, il englobe le conscient et l'inconscient du sujet. De ce fait il englobe aussi les instances, le Moi, le Surmoi, le Ça et l'Égo qui sont aussi transcendantes. Elles font partie du champ quantique de la conscience (Soi). Ainsi, le Moi et l'Égo sont intriqués quantiquement. Pour comprendre le rôle de l'Égo dans le conflit, il faut s'attarder sur ses expressions.

Le désaccord des psychanalystes vient du fait qu'ils ne prennent pas en compte cette intrication. En effet, comme pour l'image que je propose au début du chapitre du Soi, selon où se posent nos yeux nous voyons l'une des deux femmes. Pour les psychanalystes leur désaccord vient de ce même principe. De façon schématique, c'est comme si en regardant cette image les Américains disaient qu'il n'existe que la jeune femme et les Européens que la femme plus âgée. Les deux camps enfermés dans leur Égo de groupe et personnel n'arrivent pas à trouver un consensus qui les rassembleraient alors que les deux parties ont en partie raison.

Parfois, dans ce type de débats les individus disent à peu près la même chose mais leur Égo les empêche de s'entendre pour trouver un compromis. Ici, le désir inconscient de

représenter au mieux leur groupe et ainsi détenir la vérité, trouve son origine dans l'Égo et non le Moi individué car comme je l'ai dit plus haut le Moi individué est sur le chemin de la prise de conscience et non comme l'Égo dans la toute puissance pris dans la personnalité sociale.

Pendant mes études en sciences humaines j'avais déjà constaté que la psychologie européenne, notamment les pays latins, était plus centrés sur l'individu alors que les pays de culture Anglo-saxonne, leur psychologie est plus axée sur le groupe. J'observe que depuis cette tendance n'a toujours pas évolué, sûrement dû à un inconscient culturel.

Pour une raison de clarté, je sépare le Moi de l'Égo pour rendre compréhensible cette théorie, mais dans la réalité ces deux instances sont intriquées. Ainsi, pendant la cure le fait que le Moi individuel et l'Égo se confondent, le thérapeute n'ayant pas cette base théorique en tête se focalisera sur une de ces deux instances en les confondant, au lieu de regarder comment le Moi se mobilise pour établir les systèmes défensifs et comment l'Égo s'exprime dans la révélation du conflit ou la décompensation du sujet. Je vais le dire plus clairement, l'Égo n'a rien à voir dans l'élaboration du conflit inconscient. Il est l'expression du conflit inconscient.

Je vais maintenant vous raconter l'histoire de Madame S., une personne que j'ai rencontrée il y a une vingtaine d'années lors d'une mission d'intérim en région parisienne et qui s'est beaucoup confiée à moi. J'étais devenu une sorte de confident masculin pour cette femme qui à l'époque était âgée d'une quarantaine d'années. C'était une belle femme élancée, brune à la peau mate et son charme ne laissait personne indifférent. J'ai très vite remarqué que Madame S. avait une personnalité obsessionnelle. Elle était mariée, avait un enfant, un garçon, un mari gentil qui s'occupait du foyer. Cependant, au début de cette rencontre Madame S. commença à m'avouer qu'elle fantasmaient sur un beau jeune homme de 22 ans qui travaillait au service marketing. Plus les jours passaient, plus elle avait du désir pour ce jeune homme, moins elle arrivait à réprimer cette attirance. Lors d'une soirée entre collègues, l'alcool aidant elle essaya de passer à l'acte mais elle essuya un refus de la part du bel Apollon. N'en restant pas là, leurs interactions au travail passaient de la séduction à des remarques blessantes vis-à-vis de lui comme sait le faire la personnalité obsessionnelle. De plus, ses autres relations, notamment hiérarchiques, devenaient de plus en plus agressives. Au bout de quelques mois, elle essaya à nouveau en lui téléphonant de lui exprimer ce qu'elle ressentait pour

lui, pendant cette conversation il lui fit bien comprendre qu'il n'était pas du tout intéressé. Quelques jours plus tard, le jeune homme quitta l'entreprise pour d'autres horizons et ce phantasme s'estompa.

Deux mois plus tard, elle changea de service. La première année, le désir se réveilla pour un homme de son âge, mais avec celui-ci, une fois être passée à l'acte, elle s'ennuyait, donc la relation s'interrompit. La deuxième année, elle tomba amoureuse de son supérieur hiérarchique. Lui étant marié, la cinquantaine passée, fut franc et direct en lui disant que c'était juste pour s'amuser. Cette limite ne l'a pas arrêtée et une relation extraconjugale s'installa. Cependant, au bout de quelque semaines, elle arrêta la relation brutalement par culpabilité. Mais, deux jours après, elle recommença, son objet de désir étant quotidiennement sous ses yeux. Et ce mouvement, je te quitte, je te reprends, dura toute l'année. Cette dynamique de va-et-vient dans la relation rendait de plus en plus conflictuelle chaque rupture. Les remarques désobligeantes du début devinrent blessantes et méchantes, c'était de pire en pire. Au point qu'elle même ne se reconnaissait plus en m'avouant qu'elle avait l'impression de devenir folle.

Cette relation s'installait dans ces deux extrêmes que sont l'amour et la haine. Ses comportements et ses états psychiques pendant les phases « d'amour » étaient normaux, par contre pendant les périodes de séparations et de haine elle ressentait une forte douleur morale (la culpabilité dont l'origine était son conflit inconscient) et des états psychiques qui provoquaient cette agressivité accompagnés de phases dépressives.

Du point de vu psychopathologique, le désir inconscient d'avoir pour elle seule cet homme marié (objet de désir), qui lui ne voulait pas se séparer de sa femme, provoqua chez elle cette colère qui généra son comportement auto-destructeur. Le Moi, ne trouvant plus les ressources pour contenir l'Égo, met en place des mécanismes de défenses autodestructeurs. Concrètement, le Moi (la raison) s'efface et laisse l'Égo (l'émotion) communiquer avec le Ça. Le Surmoi, quant à lui n'ayant aucune prise sur l'Égo, n'a pas pu jouer son rôle de régulateur. Par conséquent, l'intrication de l'Égo et du Ça produit des pulsions d'agressivité, de colère et de haine envers l'objet désiré quand celui-ci est perdu, ce qui provoque chez elle des comportements agressifs, des insultes et autres méchancetés.

En conclusion, l'équilibre par compensation de la relation conscient-inconscient lorsqu'il n'est plus présent place le sujet logiquement dans un mal-être car les mécanismes de défenses adoptés par le Moi de Madame S. comme le déni, le clivage et les projections

sont destructeurs. En effet, les états émotionnels du sujet contrôlés par le couple Égo-Ça l'empêche de revenir à la raison, au Moi. Ce qui explique que dans les moments de lucidité le sujet ne se reconnaissant plus, sent qu'il décompense comme Madame S. le verbalise en ayant l'impression de devenir folle.

C'est en analysant l'histoire de Madame S. que j'ai compris que l'Égo rentre en jeu dans l'expression des désirs inconscients, mais en aucun cas, il ne participe à la création et à l'élaboration du conflit inconscient parce que celui-ci est interne.

Ainsi, l'Égo en psychopathologie est l'expression des mécanismes de défense du Moi. Pour la névrose hystérique, le Moi décide du choix de la défense, la plupart du temps c'est un syndrome de conversion, mais sa mise en place (la somatisation) est effectuée par l'Égo.

Dans la névrose obsessionnelle, les compulsions (les rites et la pensée magique), les obsessions-idéations (les ruminations et pensées intruses) et les obsessions phobiques (peur de la maladie, de la saleté et autres) sont des mécanismes de défense choisis par le Moi, mais la manière dont ils opèrent sont dus à l'Égo.

Le trouble dissociatif de l'identité³⁹ est caractérisé par la présence de deux ou plusieurs identités ou « états de personnalité » distincts qui prennent tour à tour le contrôle du comportement du sujet, s'accompagnant d'une incapacité à évoquer des souvenirs personnels. Cette incapacité est trop importante pour s'expliquer par une mauvaise mémoire. Les critères diagnostiques de ce trouble sont :

A. La présence de deux ou plusieurs identités ou « états de personnalité » distincts (chacun ayant ses modalités constantes et particulières de perception, de pensée et de relation concernant l'environnement et soi-même).

B. Qu'au moins deux de ces identités ou « états de personnalité » prennent tour à tour le contrôle du comportement du sujet.

C. L'incapacité à évoquer des souvenirs personnels importants, trop marqués pour s'expliquer par une simple mauvaise mémoire.

D. La perturbation n'est pas due aux effets d'une substance ou d'une affection médicale générale.

NB. Chez l'enfant, les symptômes ne peuvent pas être attribués à des jeux d'imagination ou à l'évocation de camarades imaginaires.

39 DSM-IV, Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, publié par l'American Pschiatric Association.

Ainsi, pour le trouble dissociatif, le Moi ne peut pas se dédoubler au même titre que les autres instances (le Ça et le Sumoi) comme je l'ai déjà montré. Le Moi face au conflit inconscient devrait pouvoir mettre en place des mécanismes de défense. Seulement, le trouble dissociatif de l'identité est directement lié à la construction de la personnalité sociale ou identité sociale, donc à l'Égo. Dans ce cas, pour garder un semblant d'équilibre le Moi laisse l'Égo fabriquer un alter Égo, ou plus rarement plusieurs, car seule l'instance du Soi, je rappelle que c'est l'Égo, élabore la personnalité sociale grâce à l'accès privilégié qu'elle a à l'inconscient collectif. C'est pourquoi, logiquement l'incapacité à évoquer des souvenirs personnels émotionnellement chargés est impossible, sinon le pseudo équilibre mis en place s'effondre. De plus, mon raisonnement paraît logique du fait du rôle de l'Égo dont une de ses fonctions est de permettre à l'individu de s'adapter au groupe.

En revanche, pour le syndrome de dépersonnalisation, le Moi fait le choix de ce mécanisme de défense pour lutter contre les pulsions produites par le Ça, l'inconscient, et la compensation consciente du Moi se traduit par ce syndrome dont l'expression est effectuée par l'Égo.

Par conséquent, un sujet qui décompense le fait de manière singulière, aucune des psychopathologies n'est vécue identiquement par les patients. C'est l'intrication des instances entre elles qui produit ce phénomène. En effet, l'Égo génère la singularité du sujet et non le Moi comme je le montre dans le chapitre de l'inconscient collectif. D'où l'importance de considérer cette instance qui est l'Égo dans l'analyse des symptômes du sujet en consultation.

Pour prendre une métaphore cinématographique, le Moi serait l'auteur du scénario (dans les grandes lignes) du film, l'Égo serait le réalisateur et le corps du sujet l'acteur.

Nous verrons dans le chapitre suivant l'intérêt de prendre en compte les fonctions de l'Égo dans le diagnostic différentiel. Notamment, dans la dépression car il nous informe de l'origine du conflit, soit interne donc inconscient, soit le conflit produit est externe et alors son origine est sociale.

C'est le cas du burn-out qui est un sur-investissement émotionnel professionnel provoqué par la surcharge de travail. Dans cette situation sociale, l'Égo produit une peur

chez le sujet qui pense qu'il ne sera pas à la hauteur de la tâche confiée par sa hiérarchie. Malgré les diverses raisons qui peuvent expliquer l'impossibilité de réaliser l'objectif attendu et qui ne sont pas liées à l'incompétence du sujet.

Chapitre V.

Les pathologies sociales.

I. Pathologie sociale.

Je désigne par le terme « maladies sociales » les pathologies que produit la société. Ces maladies, qui sont très peu étudiées encore de nos jours, trouvent leur origine dans les fondations de notre société. Si elles sont si peu étudiées par les chercheurs c'est dû à la difficulté de percevoir leurs mécanismes et ainsi d'en prendre conscience. Démontrer à la face du monde que notre civilisation est malade et que cette maladie est entretenue par des relations de pouvoir, d'avantages et de privilèges de certaines classes sociales dont font partie certains de ces chercheurs leur demanderait de prendre conscience de leur personnalité sociale et de leur Égo. Cependant, à leur décharge, c'est leur Égo qui les empêche d'investir ce type de recherches.

Seule une infime partie de ces chercheurs s'y intéressent. Pourtant, l'organisation sociale met une telle pression sur l'individu qui subit des stress quotidiennement, qui le traumatise, qu'il est surprenant qu'aucun tableau des pathologies sociales n'existe au même titre que les maladies organiques ou les névroses et psychoses. Pourtant certaines de ces pathologies sont étudiées et reconnues.

La source de ces maladies est à la base de notre société. La hiérarchisation sociale, la compétition sociale et la soumission sociale sont les trois catégories principales de notre organisation sociale qui produisent ces pathologies sociales, car elles sont la charpente de la structure sociale de notre civilisation mondialisée.

Aujourd'hui, nous vivons dans un système globalisé qui m'oblige à placer la culture, au sens ethnopsychiatrique du terme, au second plan dans l'élaboration de ma théorie. C'est-à-dire que cette discipline m'a inspiré pour comprendre l'importance de la culture et donc du social dans l'organisation des maladies sociales. Ainsi, aujourd'hui, ce serait une erreur de la placer au premier plan comme G. Devereux au siècle dernier.

D'une part, depuis le XXème siècle notre société a beaucoup changé, internet a

révolutionné notre quotidien jusque dans nos relations sociales.

D'autre part, le développement de la mondialisation a lissé l'organisation sociale des sociétés. En effet, un bédouin possède un téléphone mobile comme l'indien d'Amazonie et le SDF⁴⁰ des sociétés occidentales.

Promenez-vous dans chaque capitale européenne, vous serez éventuellement dépaysés par l'architecture, mais pas par les enseignes des magasins ni par leur localisation dans la ville qui se situe toujours dans le centre de la mégapole, comme à Paris, Amsterdam ou Londres.

C'est pourquoi, je construis une théorie qui explique les maladies sociales en définissant une nouvelle instance psychique l'Égo qui s'occupe des interactions extérieurs à l'individu entre autres et je me sers des concepts de la psychologie sociale pour montrer comment il évolue, agit et réagit c'est-à-dire comment il impacte l'individu.

Notre société est hiérarchisée, c'est-à-dire qu'elle est constituée de différents groupes que l'on peut nommer niveaux, classes, strates, castes, catégories. Ces niveaux peuvent être appréhender du point de vu des richesses qui sont économiques et culturelles. Les richesses économiques sont les biens matériels et financiers. Les richesses culturelles sont le savoir et l'éducation. Mon observation m'a montré que souvent l'un ne va pas sans l'autre. Certes, le fait de définir et de construire des classes sociales liées aux richesses d'un groupe produit une discrimination positive pour les groupes supérieurs et négative pour les groupes inférieurs.

Prenons un exemple très explicite, le groupe « patrons des entreprises du CAC 40 » se ressent, se perçoit et se vit comme supérieur au groupe « salarié » de leur entreprise. Supérieur par leur avantages et privilèges liés à leur classe d'une part, supérieur par leur richesse économiques et culturelles d'autre part.

Cependant, chaque classe sociale développe un stress, une angoisse dus à la peur de perdre sa place, donc pour les groupes supérieurs leurs avantages et leurs privilèges. Il est évident que cette peur n'est pas consciente, personne commence sa journée en se disant qu'il doit garder ses privilèges et ses avantages. Mais personne ne veut perdre sa place dans le groupe. Comme le salarié ne veut pas se retrouver chômeur. Le chômeur lui ne veut pas finir comme un SDF. Le SDF étant au niveau le plus bas de l'échelle sociale, le stress ou l'angoisse trouvent leur origine plutôt dans des interactions violentes, soit avec les individus qui ont encore un statut social supérieur, soit avec les individus de son groupe.

40 Sdf : sans domicile fixe.

Ainsi, la hiérarchisation sociale devant la maladie sociale n'avantage et ne privilégie aucun groupe de la société. Pour une fois cette organisation sociale est d'une justice égale pour tout le monde.

Depuis l'âge de 6 ans l'individu intègre dans sa construction sociale les lois de la compétition sociale. Dès le cours préparatoire à l'école élémentaire en France, les élèves sont classés du premier au dernier et ce jusqu'à la fin de leurs études, quelque soit leur origine sociale. Pour les loisirs, que ce soit le sport ou l'Art, il faut très vite montrer des compétences qui vous attireront les compliments des adultes. Ainsi, dans notre société l'individu vit dans un état de stress dès son plus jeune âge.

Paradoxalement, le concept d'habituation⁴¹ ne fonctionne pas avec le stress car les situations qui provoquent un stress chez l'individu sont dans la vie jamais identiques. Ainsi, le stress est à l'origine du traumatisme chez l'individu et celui-ci produit des troubles quand l'individu n'a pas la possibilité de s'en défendre.

II. Le traumatisme.

Ici, je reprends l'idée de G. Devereux⁴², qui pour moi est la meilleure. Il nous dit, « le terme de « stress » doit être appliqué uniquement aux *forces* nocives qui atteignent l'individu ; celui de « traumatisme », aux résultats nocifs de l'impact de ces forces. ». Il est évident que si l'individu possède les mécanismes de défense idiosyncrasiques ou ceux que la société lui propose, alors il sera en mesure de supprimer l'effet de ces forces nocives et pourra éviter le traumatisme. Par contre, sans mécanisme de défense, individuel ou social, l'individu sera impacté par le résultat négatif de ce stress.

En effet, une personne A qui suit depuis un certains temps des cours de self-défense pourra en cas d'agression immobiliser son agresseur et en retirera plus de confiance en elle, alors qu'une personne B ne sachant pas se défendre pourra se trouver traumatisée.

Dans le premier cas, la personne A a mobilisé un mécanisme de défense proposé par la société en prenant des cours d'auto-défense, elle bénéficie donc de cet apprentissage, ainsi elle a pu se sortir de cette situation conflictuelle.

Malheureusement, pour la personne B ne pouvant mobiliser de mécanisme de défense culturels elle subira l'agression qui la traumatisera.

41 « Consiste dans la diminution relativement permanente d'une réponse à la suite d'une présentation répétée d'une stimulation ». L'homme cognitif, A. Weil-Barais, PUF, 6e édition refondue, p. 464.

42 G. Devereux, « Essais d'ethnopsychiatrie générale », collection tel, Gallimard, p.8.

La maîtrise de sa langue maternelle à l'écrit comme à l'oral devient un mécanisme de défense une fois adulte et dans le monde professionnel il en devient prépondérant. Déjà, il sera plus facile de réussir son entretien d'embauche, d'autant plus pour un poste à haute responsabilité car l'individu en maniant son discours avec subtilité aura plus de facilité à vendre ses compétences. De plus, le fait de passer un entretien ne lui provoquera pas de montée de stress qui pourrait le déstabiliser face aux questions du recruteur.

A l'inverse, l'individu qui ne maîtrise pas sa langue natale éprouvera beaucoup de difficultés, dans la même situation, à argumenter les réponses aux questions de son interlocuteurs. Ces échecs renforceront son angoisse à chaque fois qu'il sera obligé de chercher un emploi et ne pourra, donc, jamais postuler à un poste à responsabilité.

Je constate comme le dit G. Devereux pour la culture, que la société propose des mécanismes de défense (apprentissage) pour éviter ou atténuer l'effet d'un stress. Mais ce sujet ne sera pas discuté ici.

Ainsi, G. Devereux précise qu'un stress peut être « atypique si la culture ne dispose d'aucune défense préalable, « produite en série », susceptible d'en atténuer ou d'en amortir le choc », ou bien typique mais intense ou prématuré et j'ajoute qu'un stress typique dont la fréquence est quotidienne sur une période suffisamment longue peut provoquer un traumatisme. En effet, j'imagerai cet argument par le supplice de la goutte d'eau qui n'a rien d'effrayant à la base. Cependant, placer au dessus d'un homme un système qui fait tomber une goutte d'eau sur son front à intervalle régulier. Au bout d'un certain temps, l'expérience montre une altération physique et psychologique du supplicié qui très vite décompense.

Pour le cas du stress prématuré, un enfant perdu dans un magasin pendant un laps de temps lui paraissant trop long a de forte chance de développer une angoisse de séparation qui l'handicamera dans l'avenir, notamment à chaque rupture avec l'être aimé ou pourra lui provoquer adulte des difficultés à l'endormissement. En effet, ne disposant pas de mécanismes de défense pour atténuer le stress provoqué par cette situation, il en gardera un souvenir inconscient traumatisant bien qu'il ait retrouvé ses parents.

Un enfant qui subit quotidiennement des remarques rabaissantes de la part d'un de ses parents subira un stress typique qui à la longue produira un traumatisme. Effectivement, à force de s'entendre dire « tu es bon à rien » on finit par le devenir. Enfant, nous n'avons pas la possibilité de trouver une défense pour répondre à un stress lorsque la situation qui provoque les remarques rabaissantes d'un adulte se produit. D'autant plus si

la situation se présente chaque jour. En effet, chez l'enfant la parole de l'adulte fait référence, c'est pourquoi trop souvent la parole de l'adulte est aussi source de traumatisme vu que tous les adultes, parents, éducateurs sont loin d'être des pédagogues.

III. Les conflits externes.

Un conflit externe se produit lorsqu'une situation vécue par l'individu sur une période plus ou moins longue mais suffisante crée un conflit avec l'Égo ou si la situation est ponctuelle mais très intense émotionnellement. L'Égo se retrouvant dans l'incapacité de gérer cette situation stressante ou angoissante, produira une perturbation interne (somatique) ou externe (comportemental) et souvent les deux.

En effet, je constate par exemple que la fatigue produit l'irascibilité. Un Égo non maîtrisé par le sujet, touché dans sa toute puissance ne trouve pas de mécanismes de défense pour contrer cette situation agressive.

De plus, le conflit interne se différencie du conflit externe par l'identification de son origine ou de sa source. Les conflits internes traumatisent le Moi et l'Égo en est l'expression, alors que les conflits externes traumatisent uniquement l'Ego.

Par exemple pour le burn out, en sortant l'individu de sa situation conflictuelle, les symptômes se stabilisent ou s'estompent rapidement. L'Égo étant sortis de la situation sociale conflictuelle retrouve petit à petit un équilibre. Les conflits internes comme une névrose ou une psychose sont plus profonds. Pour eux, le temps de la psychothérapie est plus long car le travail avec le patient demande d'accéder à son inconscient notamment grâce au transfert dans la cure.

Ainsi, je postule qu'une thérapie dont l'objectif est de traiter l'Égo ne nécessite pas obligatoirement de transfert dans la relation patient-thérapeute car l'accès à l'inconscient n'est pas indispensable pour faire évoluer le patient vers la guérison.

Nous connaissons grâce à la psychologie l'existence des conflits internes. Cependant, les conflits externes ne sont pas beaucoup étudiés et très peu de recherches sur ce sujet ne voient encore le jour.

L'ethnopsychiatrie essaye par le biais culturel d'identifier ces psychopathologies que G. Devereux désigne par désordres ethniques et désordres types⁴³, mais pour ma part, c'est

43 Essais d'ethnopsychiatrie générale, G. Devereux, tel gallimard, p13.

par la psychologie sociale que j'aborde ce sujet en intégrant et définissant une instance, l'Égo, qui gère la relation interpersonnelle du sujet donc la relation sociale et qui communique avec les autres instances qui elles se préoccupent des conflits inconscients. C'est une autre explication qui se base sur les concepts psychosociologiques et ma définition de l'instance que je nome l'Égo gère l'ensemble des relations extérieures du sujet notamment toutes celles qui produisent une réaction émotionnelle négative.

Pour comprendre l'origine de ces états maladifs, il faut connaître l'organisation du système socio-économique et l'étudier sous l'angle du pouvoir, de la toute-puissance et de l'égoïsme car ces trois catégories sont l'essence même de l'Égo quand celui-ci est centré sur la personnalité sociale de l'individu.

Aujourd'hui, les scientifiques commencent à identifier ces troubles. Ils ont mis à jour le burn out, bore out dans le cadre de la psychologie du travail.

Mais d'autres pathologies apparaissent ces dernières années comme la fibromyalgie ou syndrome fibromyalgique⁴⁴. Pour le moment, les chercheurs n'ont pas trouvé la cause de cette maladie. Ils ont cependant identifié plusieurs facteurs qui en seraient à l'origine : une source biologique, psychologique et sociologique. De plus, une perception de la douleur perturbée au niveau neuronal qui la rend difficilement supportable avec des troubles du sommeil.

Certains facteurs prédisposent comme la dépression ou un contexte de vie difficile à cette maladie. Des facteurs déclenchants comme un traumatisme physique ou psychique, une infection virale, un accouchement, une intervention chirurgicale, le surmenage, le décès d'un proche ou une rupture affective.

Enfin des facteurs d'entretien qui prolongent les symptômes de la fibromyalgie qui sont le stress, l'anxiété, des inquiétudes, une perte de masse et de force musculaire.

En observant ces symptômes, je constate qu'ils font tous partis du tableau de la dépression avec cette nuance que le symptôme principal à la base de l'épuisement ou de la fatigue du patient est la douleur somatique et non morale.

Une autre pathologie dont les chercheurs n'ont pas trouvé d'origine organique, c'est l'algodystrophie ou l'algoneurodystrophie ou encore neuroalgodystrophie. C'est un syndrome douloureux régional, accompagné de signes vasomoteurs et trophiques, localisés dans les structures sous-cutanées, périarticulaires et osseuses, souvent distale

44 Définition trouvée sur <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/fibromyalgie/comprendre-fibromyalgie>

lié au système nerveux sympathique.

Dans 50 % des cas, elle se déclenche suite à un traumatisme physique pour l'autre moitié c'est une atteinte viscérale ou neurologique. Dans la plupart des cas le patient guérira dans les 6 à 24 mois avec une évolution naturel.

Le traitement avec une prise médicamenteuse dont l'efficacité est aléatoire s'associe avec la kinésithérapie.

Cette maladie apparaît donc après un traumatisme qui touche le corps. Pour cette pathologie, l'effet du médicament est plus proche de l'effet placebo et le patient par la kinésithérapie obtient des bénéfices secondaires qui étalés dans le temps finissent par faire évoluer la maladie positivement dans la plupart des cas. Je constate donc que le mécanisme défense choisi par le Moi à l'origine de cette maladie est le syndrome de conversion⁴⁵ et que ce sont les bénéfices secondaires qui sont les plus efficaces dans la thérapie.

Une des explications plausible pourrait être que l'Égo du patient traumatisé suite à une atteinte du corps convertit ce choc ou somatise sur une région corporelle. L'Égo touché dans sa toute puissance voit l'image du corps se modifier, s'altérer. Cette instance qui ne supporte pas le changement et qui a peur de tout réagit, dans ce cas, à ce traumatisme en immobilisant la personne par des douleurs aux extrémités. L'image obtenue du point de vu des autres est une personne immobilisée, affaiblie par la douleurs, donc malade. Par conséquent, tout l'entourage du patient est à ses petits soins.

Ainsi, l'Égo contrarié par le traumatisme, déclenche des douleurs localisées d'ou le mécanisme de conversion afin d'obtenir une compensation bénéfique, consciente et inconsciente, en contre-partie du traumatisme vécu.

Par conséquent pour se remettre de ce traumatisme, aujourd'hui, il n'y a que la relation à l'autre, pour le moment, via le kinésithérapeute qui par ses soins, les bénéfices secondaires, sur une durée de 6 à 24 mois provoque la guérison du patient. J'ajoute que la conversion et les bénéfices secondaires font partie du tableau clinique de la névrose hystérique. Ainsi, il serait intéressant de regarder si cette pathologie touche plus particulièrement les patients dont la personnalité serait histrionique.

Certaines pathologies sont produites par l'organisation sociale comme l'addiction à la chirurgie esthétique, peu d'entre elles étant identifiées comme telles. Nous pourrions

45 C'est un mécanisme de formation de symptômes qui consiste en une transposition d'un conflit psychique et une tentative de résolution de celui-ci dans des symptômes physiques, moteurs ou sensitifs (Vocabulaire de la psychanalyse Laplanche et Pontalis, p. 104, puf, Quadrige, 3ème édition, 2002).

nous interroger de son origine organique ou non, puis de regarder si les symptômes ont une explication somatique ou psychologique. Néanmoins, lorsque j'observe le milieu du cinéma et plus précisément les actrices, je constate que l'influence ou plutôt la pression sociale de ce milieu les rendent « addictes » à cette pratique qui aujourd'hui est devenue une norme du groupe. Nous voyons bien une nouvelle fois, comment l'Égo produit la peur de l'individu de ne plus être reconnu par le groupe pour ensuite en être exclu. En l'occurrence pour une actrice qui ne se refait pas le visage signifie ne plus avoir de rôle, ce qui implique à terme perdre son travail.

Pour les psychopathologies, les diagnostics tels que les « états mixtes, les bipolaires ou borderlines » devraient, j'espère un jour s'étudier aussi sous l'angle psychosociologique et de l'instance que j'appelle l'Égo, car je pense que le tableau clinique de ces maladies se trouve au second plan de la tendance soit névrotique, soit psychotique du patient. Ainsi, il y aurait une mauvaise identification des conflits tant internes qu'externes pour ces pathologies. Ce qui expliquerait ces diagnostics « fourre-tout ».

IV. Le cas de la dépression.

La dépression est le mal de notre siècle. Il n'y a jamais eu autant de personnes touchées par cet état. Oui, la dépression est un état, elle n'est pas une maladie. Elle ne se soigne pas qu'avec une prise médicamenteuse. La prescription de médicament permet de rétablir l'équilibre physiologique. Mais, le soin doit s'accompagner d'une thérapie. C'est-à-dire d'un échange avec un individu qui va accompagner le patient dans sa recherche de l'origine de son mal. Il est, en effet, plus facile de se comprendre lorsque nous sommes en interaction avec un autre individu.

Pour ma part, la dépression est dû dans certains cas à une mésestime de soi produite par l'Égo. En engramant les expériences vécues de l'individu, l'Égo va augmenter la production d'émotions négatives issues des situations d'échec et va se focaliser uniquement sur celles-ci. Le cumul de ces situations dans la durée plonge l'individu dans la dévalorisation de soi (« je n'y arrive jamais ») quand le conflit est externe.

En même temps des idées de culpabilité, de dénigrement de soi et un état de pessimisme ambiant, alimentées par cette instance, naissent et se développent chez l'individu. Cet

ensemble de traits émotionnels modifie sa physiologie ce qui engendre un déficit de sécrétion de sérotonine qui déclenche les symptômes de la dépression.

Le tableau clinique des symptômes de la dépression⁴⁶ sont :

- l'humeur dépressive, c'est-à-dire une vision pessimiste des choses avec une douleur morale et une dévalorisation de l'estime de soi.
- La perte de l'élan vitale (de l'énergie), le sujet n'a plus d'envie, il n'a plus de projet ou il les abandonne et cette carence énergétique peut produire un ralentissement psychomoteur.
- Et l'asthénie dépressive est une fatigue constante et ce dès le matin au réveil, le sommeil du dépressif étant dérégulé.

La conséquence de ces symptômes c'est qu'ils en produisent d'autres, appelés secondaires, notamment dû à cette fatigue. Le sujet devient irascible, colérique ou inhibé et son taux d'angoisse est supérieur à la moyenne. Sur le plan somatique, des douleurs se font ressentir avec parfois des céphalées (maux de tête).

Il existe aussi la dépression masquée ou les symptômes sont présents, à de moindre degré, car l'individu arrive quand même à monopoliser toute son énergie pour avoir un minimum d'interactions sociales, c'est-à-dire par exemple qu'il se rend au travail et fait de temps en temps quelques courses, enfin le stricte minimum pour pouvoir fonctionner. Mais son sommeil est déséquilibré comme pour la dépression révélée. Ainsi, ce sont des personnes qui sont souvent très fatiguées, néanmoins je pense qu'elle pallie à cette fatigue par un taux d'angoisse élevé (elles sont sur les nerfs) qui s'exprime dès qu'elles sortent de chez elles et qui leur permet de supporter la journée. Parfois vient s'ajouter une prise de substance médicamenteuse, une consommation d'alcool ou de drogues.

Lorsque la dépression est d'origine sociale les symptômes de cette forme de dépression s'agencent autrement. En effet, le symptôme premier est l'épuisement psychique et non la douleur morale comme pour le burn-out, le bore-out, l'inactivité sociale sur une longue durée (chômeur de longue durée), le « karoshi » qui est un terme désignant la mort subite des salariés et des cadres japonais sur leur lieu de travail par arrêt cardiaque, AVC ou suicide dû au stress ou encore le rejet social comme peuvent le subir certains adolescents qui parfois vont jusqu'à la tentative de suicide.

Il existe donc diverses formes de dépression, dont très peu sont identifiées, dû à l'organisation de notre société pour lesquelles aucune thérapie basée sur l'Égo, tel que je

46 Manuel de psychopathologie, G. Besançon, Dunod, 2005, p. 49 – 50.

le définis, est mis en place. Toutes les dépressions ne peuvent pas être traitées avec l'idée que son origine n'est dû qu'à la perte de l'objet. La psychanalyse existe pour ce type de dépression, mais pour un burn out la théorie psychanalytique ne fonctionne pas. Pour une dépression dû à une situation sociale qui produit une violence psychologique comme le harcèlement morale ou sexuel qui lui finit toujours par se ressentir sur le plan physique, les psychothérapies basées uniquement sur les théories psychologiques ne fonctionnent pas car elles prennent en compte que la partie interne du sujet, le Moi, tout en omettant de traiter la partie externe de celui-ci, c'est-à-dire son pendant l'Égo.

Par conséquent, les thérapies qui ne prennent pas en compte cette instance, l'Égo, ont une forte probabilité d'échouer ou d'installer une pathologie chronique.

D'ailleurs, les chiffres nous donnent un indice de compréhension, les chances de faire une récurrence après une dépression dans les 5 ans sont de 50% à 80%⁴⁷. Il y a bien un souci et surtout un problème au niveau du diagnostique, puis de la thérapie.

De plus, la dépression quand elle se reproduit devient souvent chronique. Certes, c'est intéressant pour les laboratoires pharmaceutiques et les thérapeutes, mais sûrement pas pour les patients.

Par conséquent, les conflits externes provoquent bien des troubles du comportements et cognitifs qui produisent des psychopathologies sociales. Et pour moi, l'instance à la base de ces états pathologiques sociaux est l'Égo.

47 Sources : <https://www.inserm.fr/information-en-sante/dossiers-information/depression>.

Chapitre VI.

Analyse psycho-sociologique de notre organisation socio-économique.

« Les races laborieuses ont grand-peine à supporter l'oisiveté : ce fut un coup de maître de l'instinct anglais de sanctifier le dimanche dans les masses et de le leur rendre si ennuyeux que l'Anglais aspire inconsciemment à son travail de la semaine. » F. Nietzsche, Par-delà le bien et le mal.

Dans ce chapitre, mon objectif est d'exposer une explication de l'organisation de notre société et plus précisément l'organisation socio-économique en utilisant des concepts de la psychologie sociale et ma théorie de l'Égo.

L'inconscient collectif programme grâce à l'Égo la personnalité sociale de l'individu qui incorporera les normes, les valeurs sociales, la morale dominante et les opinions partagées de la société ainsi que celles de sa culture familiale. De plus, elle s'appropriera les rôles sociaux que le sujet devra jouer tout au long de sa vie.

L'Égo de par sa fonction est le gardien du système, il lui permet d'être pérenne, il est un des facteurs nécessaires à l'équilibre du groupe. A partir du moment où c'est lui qui vous asservit et qui vous empêche de comprendre votre réalité, il produit des comportements automatisés chez l'individu qui le rendent esclave du système social. Il l'enferme dans les croyances, les valeurs, les codes diffusés par l'inconscient collectif.

La femme et l'homme évoluent dans un monde qui s'est construit de manière pyramidale fondé sur la relation dominant – dominé issue de l'association du fort et du faible qui forma les premiers clans, puis les premières tribus, etc Cette évolution a produit la représentation du roi ou du chef, l'image de celui qui commande. Cette image produira

chez les individus la soumission à l'autorité, donc aux règles du groupe.

Aujourd'hui, ce système hiérarchisé produit deux choses contraignantes sur le plan du développement psychique des personnes qui appartiennent à des catégories sociales se situant de la base à la moitié de cette pyramide socio-économique : la soumission et la dissonance.

Pour comprendre comment la société soumet les individus, il faut regarder son organisation.

Les peuples sont soumis à l'autorité de la classe dirigeante de leur pays par le biais de l'inconscient collectif qui programme chacun avec l'image du chef. Pour parfaire cette soumission inconsciente ces classes dirigeantes exercent un contrôle mental (origine latine du mot gouverne-ment) sur le peuple de façon inconsciente.

En effet, ils ne pensent pas consciemment comment asservir le reste des individus vu qu'ils sont enfermés dans leur personnalité sociale, il n'est pas question de complot ici ou de leur prêter un niveau d'intelligence qu'ils ne possèdent pas. C'est leur désir de garder leurs privilèges, leurs intérêts et leur niveau de vie qui produisent leur motivation à rester en haut de l'échelle sociale ou qui les fait agir de sorte que les autres ne puissent pas prendre leur place.

D'ailleurs, en latin la phrase « *Senatus bestia, senatores boni viri* » qui signifie les sénateurs sont des hommes bons et le sénat est une bête cruelle⁴⁸ montre d'une part que dès que l'individu fait partie d'un groupe sa personnalité idiosyncrasique s'efface au profit des éléments de personnalité que lui fournit son rôle sociale. D'autre part, la phrase étant en latin nous pouvons sans prendre trop de risque constater que ce type de comportement ne date pas d'hier. Ce qui implique que ce mécanisme est fortement ancré dans l'inconscient collectif et qu'il se répète à chaque génération comme je l'ai déjà expliqué.

Pour imager mon propos, je prends l'exemple de notre système économique qui est basé sur la compétition. Les entreprises, quelques soient leurs tailles, doivent vendre sur le marché des produits attractifs afin de conquérir le maximum de parts du marché qu'elles occupent. D'une part, pour pérenniser leur activité et d'autre part, se développer. La compétition implique des gagnants et des perdants. Le but ultime pour l'entreprise est de posséder la majorité des parts du marché. Pour ce faire, arriver à un certains stade de développement, elles mettent en place des stratégies commerciales pour éliminer leurs

48 Carl Jung, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Gallimard folio essais, 1964, p. 93.

concurrents en les rachetant ou en pratiquant une politique de prix agressive. Une fois qu'elles dominent le marché, il est facile pour elle de le contrôler afin qu'aucune autre entreprise lui prenne sa place.

Dans la réalité, elles sont quelques unes à se partager un marché pour faire croire à une pseudo concurrence pour ne pas avoir trop de problème avec les instances qui les contrôlent. Si vous prenez le marché mondial de l'ordinateur de bureau, notamment des systèmes d'exploitation, elles sont deux à détenir la majeure partie des parts de ce marché, Microsoft et Apple. Sur les marchés nationaux, vous pouvez observer le même schéma, il suffit de regarder les entreprises cotées en bourse. Si nous prenons les sociétés du CAC 40⁴⁹, pour le secteur d'activité des services informatiques elles sont deux, Atos et Cap Gemini, pour l'aéronautique, elles sont deux aussi, Safran et Airbus. Ainsi, comme les entreprises, les catégories sociales dirigeantes contrôlent les catégories inférieures pour garder leur première place.

Aujourd'hui, les classes dirigeantes envoient leurs enfants dans les grandes écoles, Sciences Po, L'ENA, Ponts et Chaussées, Harvard, Yale, Oxford, Cambridge entre autres pour qu'elles puissent occuper des places à hautes responsabilités afin de maintenir leur rang.

Nietzsche dans « Humain, trop humain » écrit que « Celui qui ne dispose pas des deux tiers de sa journée pour lui-même est un esclave, qu'il soit d'ailleurs ce qu'il veut : politique, marchand, fonctionnaire, érudit ».

Cette citation a toujours autant de sens, sinon plus, au XXI^{ème} siècle car un autre moyen pour gérer le quotidien des peuples mis en place est l'organisation du travail. En effet, le travail permet de régler la vie de millions d'individus. En maîtrisant la redistribution des richesses et en obligeant les masses à travailler un nombre d'heures supérieures ou égales au tiers d'une journée, ils réduisent énormément le potentiel et les possibilités de la plupart des personnes tout en augmentant le risque pour un individu, confronté à des stress liés entre autres au manque de temps, à la compétition, d'avoir des troubles du comportement voir même de se déclencher des pathologies.

Par exemple, vous êtes un jeune ménage moyen vivant dans une mégapole, vous avez un enfant d'un an. La femme et l'homme doivent travailler pour avoir un revenu décent pour élever leur enfant. Ils se lèvent à 6h30, pendant que l'un s'occupe de l'enfant, l'autre

49 CAC 40 : Cotation assisté en continu. Ce sont les 40 entreprises françaises dont les volumes d'échanges de titres sont le plus importants.

se prépare. Ils partent au travail vers 8h00. Avant, il faut déposer l'enfant à la crèche ou chez la nourrice. Vous comptez un temps de trajet de 45 minutes pour se rendre au travail et commencer à 9h00. Ils y restent une durée de 8h30. Ils quittent leur travail vers 17h30. Ils font le chemin inverse. Ils arrivent chez eux vers 18h45. A 20h15 au plus tard l'enfant doit être couché.

C'est un exemple basique qui permet de constater que ce couple dispose de 3 heures à 3 heures 30 par jour pour eux sur une journée de 24 heures, sachant qu'en fin de journée la fatigue n'aide pas à commencer des activités intellectuelles ou introspectives. Cette vie étalée sur 25 ans empêche à la plupart une introspection pour comprendre l'effet que le système a sur eux et par conséquent surmonter leurs problèmes. Les enfants grandissent, certes, mais ils quittent le nid familial de plus en plus tard et ce rythme de vie enferme les parents dans leur programmation et leurs enfants dans la reproduction sociale.

Ainsi, le temps leur a tellement manqué pour s'occuper d'eux que beaucoup se séparent. Je rappelle que plus d'un couple marié sur deux se quitte et rarement en bon terme. Ainsi, le divorce, pour les enfants et parfois pour le parent quitté, est souvent une source de traumatismes.

Voici un exemple qui montre comment l'organisation du système actuel peut causer des phases dépressives pour l'adulte et des troubles chez l'adolescent lors de la séparation de ses parents comme l'anorexie, la boulimie, la dépression ou l'addiction. Je précise que le divorce n'est pas le seul chemin qui mène à ces pathologies.

De plus, l'organisation du travail place l'individu en compétition avec les autres. Dès qu'arrive l'âge de travailler, l'adulte a très bien intégré la notion de compétition que le système lui inculque dès son entrée à l'école et dans certaines activités comme le sport. Il faut, très jeune, être le meilleur et le rester. Cette image du gagnant produite par la société va être un facteur d'influence pour l'Égo de l'individu. En effet, celui qui ne gagnera jamais aura une piètre opinion de lui-même, ce qui déséquilibrera son Égo d'autant plus s'il ne trouve pas de satisfaction par ailleurs. La compétition influe donc sur la catégorie sociale, le statut social, l'identité sociale, l'Égo et la santé de l'individu. Mais, cette compétition concerne les 80% à 85 % de la population. Pour les 15% à 20% qui restent, ceux qui dirigent, c'est différent. Pour ce groupe, leur but est de rester dans la catégorie sociale des dirigeants. Pour ce faire, ils vont organiser la société de façon à réduire au maximum le risque de perdre leur place. Il ne faut pas oublier que pour chaque groupe d'une société l'intérêt premier est de préserver ses avantages et privilèges,

quelques soient leurs niveaux. C'est pourquoi, plus nous montons dans les hautes strates des groupes d'une société plus nous avons de privilèges et d'avantages.

Un petit exemple pour éviter d'être traité de complotiste. Un chef d'entreprise peut se permettre de manger dans un restaurant étoilé en invitant des clients afin de décrocher un contrat, la note sera payée par l'entreprise alors qu'un ouvrier travaillant à l'usine ne pourra jamais se le permettre. Il est bien question d'un avantage que procure le statut social à un individu. C'est donc une réalité. Je ne prends pas cet exemple pour dénoncer l'avantage d'un chef d'entreprise mais pour montrer comment la l'organisation sociale produit des différences.

Alors comment cette classe sociale s'y prend ?

Le groupe dirigeant en se confondant avec la classe politique de chaque pays va mettre en place des moyens, des outils lui permettant de réaliser son objectif premier qui est de préserver sa place de groupe dirigeant. Pour cela, il faut établir un système qui permet de placer au pouvoir une classe privilégiée issue en grande partie du groupe social « dirigeant » via les « grandes écoles » par exemple. Cette situation crée un conflit d'intérêt qui implique pour la classe politique une soumission librement consentie⁵⁰ au groupe « dirigeant » vu que cette classe se confond en partie avec celle qui dirige. Ainsi, un gouvernement devient un outil législatif au même titre que les chambres parlementaires. De cette façon, la classe dirigeante, grâce au lois, organise la vie « du quotidien » des peuples tout en préservant ses intérêts.

De plus, dans un système démocratique le peuple est représenté par la classe dirigeante, il ne peut que subir les choix de ce groupe. En effet, le fait qu'un élu représente ceux qui ont voté pour lui, implique que le citoyen n'a pas de possibilité de s'exprimer autrement que par le vote. Une autre façon de voir les choses pourrai laisser penser que le peuple qui se fait représenter est infantilisé par la place qu'il occupe dans ce système au même titre qu'un enfant est représenté légalement par ses parents ou son tuteur légal.

Par ailleurs, il n'est pas vrai de dire que le fait de voter implique obligatoirement un vrai système démocratique. Il est malhonnête intellectuellement de réduire la démocratie au vote, pourtant c'est bien le cas aujourd'hui.

Néanmoins, le meilleur exemple pour illustrer ce propos est le référendum sur le traité européen de 2005 en France. Le « NON » l'avait emporter mais quelques mois plus tard un texte modifié à la marge a été présenté aux chambres parlementaires qui l'ont validé.

50 Voir chapitre définition psychologie sociale.

Le peuple a été traité comme un enfant qui a fait selon l'adulte (les gouvernants) un mauvais choix (une bêtise) et qui doit être corrigée.

C'est pourquoi, le groupe appelé peuple est placé dans un état de régression infantile, car il se décharge de sa responsabilité et de son libre arbitre sur le groupe de la classe dirigeante parce qu'il est soumis de son fait. De cette manière les électeurs ne choisissent pas et ne participent pas à l'élaboration des lois mais il s'y soumettent.

Certains rétorqueront que les électeurs ont connaissance des programmes électoraux. Cependant, le choix d'un candidat se fait plutôt par des convictions politiques que par connaissance des programmes. Comme il se dit dans les repas de famille, je suis de droite ou je suis de gauche, c'est émotionnel car lié aux principes et valeurs que défend l'individu. Voilà comment la majeure partie du peuple fait son choix avec une adhésion dans les grandes lignes du programme électoral du candidat qui représente « le camp » qu'il a choisi. Dans le corps électoral très peu de personnes ont cherché à comprendre la théorie politique d'un parti avant d'y adhérer ou de voter pour celui-ci. Il faut en être conscient, surtout si vous votez. Comme disait G. Devereux : « les dirigeants ne veulent d'un peuple intelligent car il n'y a rien de plus difficile que de diriger des gens intelligents ».⁵¹

C'est pourquoi, le citoyen ne décide de rien. Sinon, je ne pense pas qu'un marché de l'armement existerait dans un vrai système démocratique, car la majeure partie des personnes sont pour la paix. Ce sont les gouvernements qui déclenchent les guerres pas les peuples, petit rappel.

Un autre argument pour illustrer la soumission librement consentie qui concerne un autre type d'influence sociale, c'est-à-dire qu'on amène quelqu'un à se comporter de façon différente qu'à son habitude, en le manipulant de telle sorte qu'il a le sentiment de faire librement ce qu'on lui demande⁵².

La soumission librement consentie est produite par la peur d'être rejeté du groupe que génère l'Égo de manière inconsciente chez les individus. Le Moi en ayant fusionné avec l'Égo perd son indépendance et c'est l'Égo qui choisit les groupes sociaux auxquels le sujet veut appartenir. J'ai dit dans le chapitre sur l'Égo qu'il s'occupait aussi des émotions, par conséquent des peurs réelles ou imaginaires du sujet. C'est pourquoi chacun se soumet à la loi du groupe de peur de perdre sa place. Très peu sont conscients

51 G. Devereux : Essais d'ethnopsychiatrie générale, chez tel Gallimard, 2003, p. 266.

52 G-N. Fischer, Les concepts fondamentaux de la psychologie sociale, Dunod, Paris, 1996, p. 79

de ce mécanisme, pour la plupart ce compromis naît donc de la programmation de l'Égo de façon inconsciente et du sentiment de peur d'être isoler du groupe produite par celui-ci. Ici, la pression est inconsciente mais sur le plan conscient le sujet croit que c'est lui qui choisit en toute liberté et sans pression.

La publicité utilise toujours ce concept car son objectif est d'amener les consommateurs à acheter un produit en leur faisant croire que le besoin d'acheter le produit vient d'eux. Ainsi, les acheteurs pensent que c'est leur choix d'acquérir le produit en toute liberté et sans pression. D'ailleurs, certaines marques ont su en ciblant certains groupes sociaux devenir leur références vestimentaires notamment Fred Perry, Ben Sherman ou Lonsdale⁵³ marques privilégiées des skinheads ou les marques de sportswear pour les rappeurs. Ainsi, un skinhead aura au moins quelques polos Fred Perry comme un rappeurs portera des survêtements, de peur inconsciente de ne pas être reconnu par le groupe en s'habillant autrement. En revanche, sur le plan conscient ils désirent réellement acheter ces types d'habits.

Ainsi, sur le plan politique, la classe dirigeante, par intérêt, impose une organisation de la société qui asservie l'individu par la soumission librement consentie de celui-ci. Alors lorsque j'entends certains enseignants dire qu'ils aiment leur métier, il renforce ma pensée de la soumission librement consentie des peuples quand on connaît la finalité de leur travail. Préparer les futurs « citoyens » à se soumettre par une programmation et un conditionnement de leur Égo qui les asservira au système. Une fois de plus, force est de constater à quel point même pour les personnes ayant fait des études, qu'il est difficile de percevoir la réalité de notre monde mais surtout la capacité qu'à l'inconscient collectif à hypnotiser ou « ensorceler » l'individu à travers l'Égo. C'est cet envoûtement qui entrave les prises de conscience de notre organisation sociale.

Le système produit aussi des dissonances qui viennent déstabiliser l'Égo de l'individu. Sur le plan cognitif, je rappelle que la dissonance est l'existence simultanée d'éléments de connaissance qui, d'une manière ou d'une autre ne s'accordent pas (dissonance), entraîne de la part d'un individu un effort pour les faire, d'une façon ou d'une autre s'accorder, c'est-à-dire réduire cette dissonance quand c'est possible.

Voici l'exemple de la dissonance qui pour moi est le plus parlant, il est extrême mais

53 https://www.lemonde.fr/m-styles/article/2013/06/10/fred-perry-ben-sherman-lonsdale-marques-a-l-extreme_3427325_4497319.html.

révélateur. Sur le plan individuel, personne n'a le droit de tuer quelqu'un. Quelque soit votre catégorie sociale aucune loi ne vous le permet et heureusement.

Par contre, au niveau du droit international des pays, ce n'est pas interdit. Un individu en s'engageant dans l'armée peut tuer lors d'un conflit armée et non une guerre pour défendre son pays. Les soldats envoyés en Irak en 2003 par la communauté internationale, pour arrêter Saddam Hussein et trouver des armes de destruction massive, ont tué une partie du peuple Irakiens, hommes, femmes et enfants pour une raison d'État car les « fameuses armes de destruction massive » n'ont jamais été trouvées.

Voici une discordance très perturbante sur le plan psychologique de l'individu dont je constate les dégâts au retour de ces anciens combattants. Parfois certains décompensent et tuent plusieurs personnes dans leur pays. En effet, l'Égo ayant fait l'effort d'accepter le prétexte pour aller guerroyer subit des traumatismes issus des situations vécues pendant le conflit. De retour dans son pays, au « calme », l'Égo de l'individu rentre en conflit avec le Moi, se remémorant les scènes traumatisantes de la guerre à laquelle il a participé, un déséquilibre se crée par la prise de conscience de ses actes par le Moi, ce qui produit pour beaucoup une mésestime de soi générée par l'Égo et tombent dans la dépression et pour quelques uns ils décompensent par un passage à l'acte en tuant d'autres individus. Regardez les faits divers aux États-Unis, la preuve est faite.

La dissonance s'exprime aussi dans la sphère familiale. Des parents peuvent se dire qu'ils ne sont pas racistes en affirmant des idées de tolérance et rejeter leur enfant qui, à l'âge adulte, fait sa vie avec une personne de couleur différente de la leur. Cet exemple fonctionne aussi avec l'homophobie. En effet, tant que les individus n'éprouvent pas ce qu'ils revendiquent, ils ont l'impression d'être tolérant. Mais une fois devant le fait accompli certains se rendent compte qu'ils ne peuvent pas accepter les valeurs qu'ils défendaient auparavant. Un conflit psychique et familiale s'installe. Dans ce cas, si les parents n'acceptent pas la décision de leur enfant, c'est parce que leur Égo investit trop d'émotion dans le choix fait par celui-ci.

Ici, il est bien question de l'intensité de l'émotion investi car d'une part, rien ne leur indique que cette relation va durer dans le temps, d'autre part si cette relation dure c'est que leur enfant est heureux et donc pourquoi ne pas se réjouir de son bonheur.

Sur le plan économique, les dégâts de la dissonance sont multiples. Aujourd'hui, les jeunes adultes diplômés qui arrivent sur le marché du travail ont du mal à trouver un

premier emploi lié à leurs études, notamment en province. S'ils ne veulent pas ou ne peuvent pas s'exiler vers une capitale, ils seront obligés de prendre le premier travail qu'ils trouveront, la plupart du temps ce sont des petits jobs, des contrats précaires. De plus, ils ne peuvent pas s'émanciper de leurs parents et restent de plus en plus longtemps dépendants d'eux économiquement. C'est le phénomène « Tanguy », mais pour beaucoup ce n'est pas un choix. La phrase « travaille à l'école et tu auras une bonne situation et un bon boulot » n'a plus de sens sauf pour la classe sociale dirigeante.

Cette dissonance produit chez les individus une perte de repères et un désenchantement en l'avenir propice à une mésestime de soi. La dissonance crée un déséquilibre de l'Égo, qui dans le cas où l'individu ne peut réduire cette dissonance finira par rejeter le système en adoptant des comportements déviants ou développera une psychopathologie. Cet exemple se retrouve dans le film « Le grand soir » de Gustave Kervern et Benoît Delépine dans lequel Benoît Poelvoorde joue le rôle du « punk à chien ». C'est un bel exemple de désenchantement du monde que vivent certains adultes de 18 à 30 ans.

La compétition à l'œuvre dans l'organisation de notre société crée toutes sortes de misères. Cette compétition économique produit notamment le chômage. Les individus qui perdent leur emploi commencent un parcours du combattant qui durera pour certains d'entre eux. D'après l'INSEE⁵⁴ en 2015 4,3 millions de personnes sont sans emploi et souhaitent travailler. Pour Pôle emploi⁵⁵ 330 000 postes ne sont pas pourvus faute de candidats « adéquats ». Même si le problème de formation est résolu, il reste environ 4 millions de personnes qui sont abandonnées par le système.

Petite précision, ces 4 millions concernent les chômeurs qui cherchent un emploi en CDI à temps complet. Les autres catégories qui ensemble comprennent autant de personnes ne sont pas pris en compte dans les chiffres du chômage.

Ainsi, elles pourront envoyer autant de CV et lettres de motivation qu'elles peuvent, pour celles qui s'installeront dans un chômage de longue durée, leur demande restera sans réponse. Pendant toute cette période de recherche d'emploi, l'Égo de l'individu ne comprendra pas pourquoi il n'arrive pas à obtenir un travail, d'autant plus s'il est diplômé. Si cette situation dure, elle déclenche une perte de repère et de rythme de vie.

Au fil des déconvenues certains individus débiteront un épisode dépressif déclenché par

54 INSEE : www.insee.fr/fr/statistiques/2121578

55 Article paru sur le site : www.lesechos.fr/economie-france/social/0301018574816-emplois-vacants-les-chiffres-de-pole-emploi-qui-vont-relancer-le-debat-2139657.php

l'Égo ne supportant plus ces échecs.

Pour des raisons démographiques et économiques, notre système n'est plus capable de fournir un emploi stable pour chacun. Les responsables politiques en charge devraient repenser l'organisation de notre société afin de donner une activité rémunératrice à tous. Cependant, leur peur, produite par leur Égo, de perdre des élections, donc leur place privilégiée, les empêche de réformer notre société. Une autre raison vient renforcer cette incapacité à réformer, c'est qu'aujourd'hui nous vivons dans une économie mondialisée. Alors faire des réformes au niveau national ne servirait qu'à pénaliser les entreprises qui commerce à l'international. Ainsi, les dirigeants nationaux prient entre la soumission à leur classe sociale et la réalité économique choisissent de ne rien faire en se concentrant sur la communication pour entretenir la survie de ce système.

Quelle dissonance ! En effet, ces politiciens veulent en choisissant ce métier améliorer la vie quotidienne de leurs concitoyens. Mais une fois au pouvoir, dès qu'il faut réformer certains secteurs d'activité économique pour palier aux manques de croissance, donc de création de richesse, ils ne le font pas car, la plupart du temps, les individus appartenant à leur catégories sociales perdraient des privilèges ou des avantages.

Maintenant, je vais parler d'économie. Je pense que l'évolution de l'homme sur le plan psychologique passe obligatoirement par des règles économiques justes. C'est-à-dire qui ne crée pas d'inégalité, qui ne crée pas de misère ni de pauvreté. En substance, un système économique « conscient » qui permet à l'individu de s'épanouir en l'instruisant, en lui donnant une autonomie complète ainsi qu'en lui apportant un maximum de liberté. Et le plus important, qui ne produit pas ou très peu de « pathologies sociales ». Malheureusement, le système économique actuel est loin d'atteindre cet objectif nonobstant les richesses produites mondialement.

Aujourd'hui, cette « science » que l'homme manipule à souhait dont j'ai observé comment les dirigeants politiques peuvent à leur guise en changer les règles pourrait pour la Grèce antique être apparentée à l'œuvre de Thanatos⁵⁶.

L'homme ne peut pas changer les lois de la physique ou de la biologie comme il le souhaite, il ne le peut pas, il en est incapable car ce n'est pas sa création et il ne les connaît pas encore toutes. Oui, l'homme ne peut pas supprimer tous les atomes de

56 Dans la mythologie grecque il représente la mort.

carbone de notre univers. Alors qu'en économie, les dirigeants peuvent changer les règles à leur guise.

Prenons l'égalité salariale femme/homme vu que c'est à la mode en 2018, pour un même poste de travail le même salaire, si demain les gouvernants établissent une loi qui sanctionne vraiment les entreprises, c'est-à-dire que la sanction soit coercitive pour ceux qui ne respectent pas cette égalité, les choses changeront.

Un autre exemple, les dirigeants politiques n'ont toujours pas interdit les paradis fiscaux ou la séparation de l'activité bancaire, financière et de dépôt, suite à la crise de 2008. Pourquoi ? Ils ne peuvent pas supprimer ce privilège de pouvoir défiscaliser, de créer des sociétés écrans pour de grands groupes internationaux ou pour les opérations sous « secrets d'état ».

Pour les banques les effets de levier pour des lever de fonds seraient beaucoup moins importants si l'activité de dépôt était séparée de l'activité financière.

Ainsi, les banques continuent d'augmenter leur dette jusqu'au jour où leurs titres s'effondreront en bourse et pour régler leur passif, elles prélèveront l'argent sur les comptes des particuliers, souvenez-vous de la Chypre en 2013.

D'un point de vue plus académique, en 1944 avec les accords de Bretton Woods le dollar devient la monnaie de réserve internationale et remplace l'or. Comment un bout de papier peut-il remplacer un métal précieux. Ce changement est-il scientifique ? Non, des accords entre États sont arbitraires. Puis, le président des États-Unis, Nixon décide en 1971 l'inconvertibilité du dollars par rapport à l'or, il n'y a rien de scientifique dans la décision d'un homme. Cependant, pour les États-Unis, comme toute bonne chose a une fin, à l'heure où j'écris ces lignes nous sommes rentrés dans l'air de la dédollarisation.

Ainsi, la misère mondiale, les populations affamées, l'incapacité pour certaines populations de ne pas avoir accès aux soins ou le matraquage par l'impôt des catégories sociales intermédiaires dans les pays occidentaux sont dus aux décisions faites par les dirigeants au niveau international (G7, G8, G20). En aucun cas, c'est naturel au même titre que la biologie ou la physique.

C'est pourquoi, je rappelle une fois de plus que pour garder leurs avantages et privilèges la classe dominante, inconsciemment, est responsable de la souffrance des classes défavorisées, des « sans-dents » et de ce système esclavagiste qui est à la base de certaines inflammations du corps de ces populations qui subissent des choix qu'ils n'ont pas faits mais auxquels, malheureusement, ils ont consenti librement par leur vote et ce

besoin que transmet l'inconscient collectif via l'Égo à l'individu de se soumettre à une hiérarchie, donc un chef, qui lui comme aurai dit C. Jung tombe dans un « gonflement » c'est-à-dire un sentiment de supériorité produit par l'Égo.

Pour finir sur ce sujet, l'économie est un outil qui permet, au même titre que la législation, aux classes dirigeantes de soumettre les masses ou les classes inférieures. J'ai choisi cet angle d'explication car c'est ce que j'ai observé depuis l'enfance dans le milieu dont je suis issu et j'ai pu constaté les dégâts que produit ce système économique dans les basses classes sociales contrôlées par les gouvernants.

Les masses souffrent énormément et nous pouvons changer cela. D'ailleurs, c'est en train de changer avec les minorités qui combattent pour leurs droits. Après les minorités viendra la majorité qui est de plus en plus éduquée donc de plus en plus consciente.

Dans cette discussion j'ai voulu montrer en prenant des exemples simples comment l'individu adopte des comportements programmés tout comme ses choix sont influencés par sa personnalité sociale dès lors qu'il n'en prend pas conscience. Tout individu au sein d'un groupe est prisonnier de ce groupe sur le plan psychologique. Comme chez les militants politiques, lorsque vous discutez avec l'un d'eux vous pouvez constater à quel point la personne est embrigadée dans des stéréotypes et des préjugés qui ne lui permettent pas une observation objective des politiques menées dans son pays. Alors que le constat de ces politiques ne peut être que dramatique aux vues de la misère qui existe aujourd'hui.

Voilà ce que fait l'Égo car cette instance psychique fonctionne par raccourci comme le sont les stéréotypes et les préjugés.

Épilogue.

La foi permet à l'individu le lâcher prise qui l'amène sur le chemin de la liberté.

Alexandre Jean.

L'idée d'écrire cet essai m'est venu à un moment de ma vie où je me suis aperçu que beaucoup de personnes parlaient de l'Égo. Lors de mon passage à la faculté de Nanterre, où j'ai étudié la psychologie, j'en avais très peu entendu parlé. En m'intéressant au sujet je me suis rendu compte qu'il était vaguement défini. Je savais qu'il était lié à la personnalité de l'individu, qu'il avait certaines fonctions adaptatives, rien de plus.

En 2018, je me suis mis à écrire en ayant l'intuition que c'était une instance de la psyché. Pourtant, de grands personnages comme S. Freud ne l'avait pas décelée en tant qu'instance, ce qui est logique au regard de sa deuxième topique, car certaines caractéristiques de l'Égo sont réparties dans les trois instances qu'il avait déjà définies. Personne ne peut lui faire ce reproche, car ses travaux ont permis de faire progresser cette science considérablement.

C. Jung était proche de le trouver lorsqu'il parle « d'une instance morale »⁵⁷, néanmoins il y renoncera même si son travail m'a mis sur la voie. Cependant, c'est son concept de synchronicité qui m'a donné l'idée de m'intéresser à la physique quantique. Quand je suis tombé sur les travaux de F. Martin et P. Guillemant, j'ai immédiatement eu l'idée d'une définition de cette nouvelle instance, l'Égo, et un nouveau concept de la psyché humaine et ce fut pour moi une révélation. En effet, la conscience ne peut être que transcendante. Même si les neurosciences n'ont toujours pas trouvé les premières

⁵⁷ Carl Jung, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Gallimard folio essais, 1964, p. 205.

instances définies par S. Freud dans notre cerveau et encore moins le Soi défini par C. Jung, étant trop centrées sur la cognition, elles ne prennent même pas le soin de regarder ce qu'il se fait ailleurs et ce qui est déjà démontré. Mais, je n'incrimine pas cette très jeune science, elle ne peut pas à elle seule être la réponse à tous nos questionnements sur la psyché humaine.

Mon expérience montre qu'il est nécessaire aujourd'hui de faire des ponts entre les différents domaines scientifiques pour se donner de nouvelles idées de recherches qui apporteront une meilleure compréhension de notre monde.

Le premier concept important, du fait que la conscience soit transcendante, est l'intrication des quatre instances psychologiques (le Ça, le Surmoi, le Moi et maintenant l'Égo). En effet, il nous apporte une meilleure compréhension de leurs interactions psychiques. La schématisation proposée pendant mes études a été une entrave à la conception de la psyché que j'ai développée dans cet essai. Parfois à vouloir être trop pédagogique, on enferme l'apprenant dans des idées trop bien établies qui a pour conséquence de figer sa réflexion. Loin d'être un reproche, pour l'avoir éprouver lorsque j'étais formateur, cette remarque est plutôt une recommandation qu'il ne faut pas perdre de vue.

Le deuxième concept qui pour moi apporte un changement de paradigme de la psyché humaine, c'est que la conscience est corrélée à l'intelligence. Sans conscience, il ne peut y avoir de trace d'intelligence, seules les compétences cognitives, donc le mental, sont à l'oeuvre comme aujourd'hui dans notre société et dont je peux qu'observer les effets délétères. C'est pourquoi, je pense avoir donné une nouvelle définition qui prends en compte celle-ci. Ainsi, lorsqu'on interroge l'intelligence d'un sujet à travers un test de QI comme le test de Welsher pour adulte, il serait nécessaire d'établir aussi un test qui révèle le niveau de conscience du sujet afin de déterminer son vrai QI conscient.

La troisième idée, qui n'est pas sans conséquence, est le regard que je pose sur l'organisation économico-sociale à travers le prisme de l'Égo, pour comprendre comment cette organisation est la source de pathologies que j'appelle sociales. Ce qui implique de distinguer les conflits internes dits inconscients et les conflits externes produit par l'interaction sociale contrôlé par l'Égo.

Le dernier point, qui pour moi est substantiel pour ma conscience, est d'avoir trouvé une réponse au point de divergence des psychanalystes anglo-saxons et latins. Car en définissant le rôle et la fonction de l'Égo dans la cure, j'ai voulu réunir leurs approches différentes tout en démontrant qu'elles sont complémentaires. J'ai toujours privilégié la mise en relation au conflit, et ici, j'en ai eu l'occasion, alors j'espère nonobstant le conflit socio-cognitif que ma démonstration va déclencher, qu'au final ils l'accepteront et se l'approprieront afin de l'intégrer dans leur analyse du sujet pendant la cure.

Toutes les fois où nous pouvons conclure un conflit positivement, je pense qu'il ne faut surtout pas s'en priver. Cherchons à rassembler plutôt qu'à séparer.

En écrivant cet essai, mon intention première voulait que je sois le plus clair possible en prenant des exemples simples, car j'ai conscience que les sujets dont je traite sont loin d'être évident, sachant qu'ils sont, de plus, innovants.

C'est pourquoi, je veux remercier ceux qui ont lu jusqu'au bout mon écrit. Je souhaite leur avoir apporté de la matière à réflexion et que ces lignes leurs ont permis de mieux se comprendre car c'est le objectif premier de cet écrit : avoir une meilleur idée de « Soi-même ».

Définitions.

Moi idiosyncrasique, individuel ou personnel : c'est le Moi avant la prise de conscience de son Égo ou de la personnalité sociale.

Moi individué : Il correspond au Moi sur le chemin de la conscience une fois qu'il a identifié la personnalité sociale, l'Égo.

Processus d'individuation ou de différenciation : il représente les objectifs du Soi, c'est le parcours de vie de l'individu.

La programmation de l'inconscient collectif : c'est l'ensemble des apprentissages, des observations, des imitations que l'individu va engrammer consciemment et inconsciemment.

Soumission librement consentie : Elle concerne un type d'influence sociale, c'est-à-dire qu'on amène quelqu'un à se comporter de façon différente qu'à son habitude, en le manipulant de telle sorte qu'il a le sentiment de faire librement ce qu'on lui demande⁵⁸.

Dissonance cognitive : C'est l'existence simultanée d'éléments de connaissance qui, d'une manière ou d'une autre ne s'accordent pas (dissonance), entraîne de la part d'un individu un effort pour les faire, d'une façon ou d'une autre s'accorder, c'est-à-dire réduire cette dissonance (Festinger, 1957). Je rajouterai que parfois l'individu rejette l'élément dissonant lorsqu'il est trop chargé émotionnellement.

58 G-N. Fischer, Les concepts fondamentaux de la psychologie sociale, Dunod, Paris, 1996, p. 79

Les normes et valeurs sociales : G-N. Fischer définit les normes sociales comme un type de pression cognitive et psychosociale se référant à des valeurs dominantes et des opinions partagées dans une société ; elles s'expriment sous forme de règles de conduite plus ou moins explicite en vue d'obtenir des comportements appropriés socialement⁵⁹.

59 G-N. Fischer, Les concepts fondamentaux de la psychologie sociale, Dunod, Paris, 1996, p. 63-64.

Index.

Littérature en psychologie.

- G. Devereux, « Essais d'ethnopsychiatrie générale », collection tel, Gallimard, Pages 7
- G. Devereux, « Essais d'ethnopsychiatrie générale », collection tel, Gallimard, page 49, 50
- G. Devereux, « Essais d'ethnopsychiatrie générale », collection tel, Gallimard, page 58
- Essais d'ethnopsychiatrie générale, G. Devereux, tel Gallimard, page 60
- G. Devereux : Essais d'ethnopsychiatrie générale, chez tel Gallimard, 2003, page 71
- P.I.P. : primus inter pares, le premier d'entre les pairs mis en évidence par Codol (1973,1975), Le groupe en psychologie sociale, 2003, Dunod, page 13
- G-N. Fischer, Les concepts fondamentaux de la psychologie sociale, Dunod, Paris, 1996, page 71
- G-N. Fischer, Les concepts fondamentaux de la psychologie sociale, Dunod, Paris, 1996, page 81
- G-N. Fischer, Les concepts fondamentaux de la psychologie sociale, Dunod, Paris, 1996, page 81
- Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, page 16
- Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, page 23
- « C'est un processus de différenciation qui a pour but de développer la personnalité individuelle ». Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, p. 97 note [47], page 26

Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, page 31
Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, page 33
Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, page 33
Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, page 67
Carl Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard folio essais, 1964, page 78

DSM-IV, Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, publié par l'American Psychiatric Association., page 54

Manuel de psychopathologie, G. Besançon, Dunod, 2005, page 64

« Consiste dans la diminution relativement permanente d'une réponse à la suite d'une présentation répétée d'une stimulation ». L'homme cognitif, A. Weil-Barais, PUF, 6e édition refondue, page 58

C'est un mécanisme de formation de symptômes qui consiste en une transposition d'un conflit psychique et une tentative de résolution de celui-ci dans des symptômes physiques, moteurs ou sensitifs (Vocabulaire de la psychanalyse Laplanche et Pontalis, p. 104, puf, Quadrige, 3ème édition, 2002)., page 62

Textes sacrés.

La Bible, le livre de la genèse, chapitre 4, verset 6-9, page 45

Conférences.

B.E. Baaquie dont l'adresse permanente : Department of Physics, National University of Singapore, 2 Science Drive 3, Singapore 117542 et François Martin chercheur honoraire au CNRS, page 25

Dans Psyché quantique. Théorie Quantique du Champ Psychique par Belal E. Baaquie et François Martin. Laboratoire de Physique Théorique et Hautes Energies, Université Paris 6 et 7, Place Jussieu, Paris, novembre 2003, page 26

Conférence au département de psychiatrie des hôpitaux universitaires de Genève,
12/02/2009, page 22

Ressources internet.

<http://noosphere.princeton.edu/fristwall.french.html>, page 11

<https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/repr%C3%A9sentation/68483?q=repr%C3%A9sentation#67734> : En psychologie, c'est une perception, image mentale, etc., dont le contenu se rapporte à un objet, à une situation, à une scène, etc., du monde dans lequel vit le sujet, page 13

<https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/arch%C3%A9type/5034> : Chez C. G. Jung, structure universelle issue de l'inconscient collectif qui apparaît dans les mythes, les contes et toutes les productions imaginaires du sujet sain, névrosé ou psychotique, page 13

https://www.lemonde.fr/societe/article/2015/05/08/les-francais-juges-plus-favorables-a-la-peine-de-mort-qu-en-2014_4630334_3224.html, page 13

Ifop pour Dimanche Ouest France -Les Français et les tatouages -Juillet 2010 , page 15

[https://www.interieur.gouv.fr/Elections/Lesresultats/Referendums/elecresult__referendum_2005/\(path\)/referendum_2005/000/000.html](https://www.interieur.gouv.fr/Elections/Lesresultats/Referendums/elecresult__referendum_2005/(path)/referendum_2005/000/000.html), page 19

https://www.francetvinfo.fr/monde/japon/les-pousseurs-du-metro-de-tokyo_3070963.html, page 19

En 2015, la France est quatrième pays exportateur d'armement.

Source : <http://www.lefigaro.fr/societes/2016/12/20/20005-20161220ARTFIG00059-l-industrie-de-l-armement-francaise-se-porte-bien.php>, page 20

L'intrication quantique est un phénomène dans le quel deux particules forment un système lié et présentent des états quantiques dépendant l'un de l'autre quelle que soit la distance qui les sépare. https://fr.wikipedia.org/wiki/Intrication_quantique, page 23

<https://www.cnrtl.fr/definition/m%C3%9Cm%C3%A9canique>, page 24

<http://www.guillemant.net>. C'est un ingénieur physicien français, Docteur en physique du rayonnement. Il exerce au CNRS de Marseille. Voir la conférence à Lyon en 2018 sur « le libre arbitre est-il possible » ?, page 27

<http://www.lemondedesreligions.fr/savoir/luc-ferry-le-transhumanisme-parie-sur-le-fait->

[que-l-homme-est-perfectible-17-06-2016-5548_110.php](http://www.lemonde.fr/actualites-monde/article/2016/06/17/que-l-homme-est-perfectible-17-06-2016-5548_110.php), Site du journal le Monde, page

31

Daniel WIDLÖCHER : professeur de psychiatrie à l'université de Paris-VI-Pierre-et-Marie-Curie, chef de service de psychiatrie (adultes) au groupe hospitalier Pitié-Salpêtrière. <https://www.universalis.fr/encyclopedie/psychologie-du-moi/>, page 50

Définition trouvée sur

<https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/fibromyalgie/comprendre-fibromyalgie>, page

61

Sources : <https://www.inserm.fr/information-en-sante/dossiers-information/depression>, page 65

https://www.lemonde.fr/m-styles/article/2013/06/10/fred-perry-ben-sherman-lonsdale-marques-a-l-extreme_3427325_4497319.html., page 72

INSEE : www.insee.fr/fr/statistiques/2121578, page 74

Article paru sur le site : www.lesechos.fr/economie-france/social/0301018574816-emplois-vacants-les-chiffres-de-pole-emploi-qui-vont-relancer-le-debat-2139657.php,

page 74