

NOS TROIS INCONSCIENTS

(Jean François Dortier, « Le cerveau et la pensée », pp. 397-404, 2014)

Au concile de Nicée, en 325, une clique d'évêques soutenus par l'empereur Constantin imposa au sein de l'Église chrétienne le dogme de la « sainte Trinité ». Dieu est unique, mais se présente sous trois formes : Père, Fils et Saint-Esprit. Un seul dieu en trois. Ce dogme donnera par la suite bien du fil à retordre aux théologiens. Comment justifier pareille bizarrerie métaphysique ? On s'en tira avec une pirouette : la nature ultime de Dieu est un mystère insondable qui échappera toujours à la raison des hommes.

L'inconscient des psychologues entretient-il quelques rapports avec le Dieu des chrétiens ? En premier lieu, rien ne prouve qu'il existe. Ensuite, sa nature est inconnaissable (hors de quoi, il ne serait justement pas « inconscient »). Enfin, il se présente sous trois formes.

La première forme est celle de **l'inconscient freudien** – une autre façon de désigner les pulsions sexuelles refoulées – ; le deuxième est **l'inconscient cognitif** : tout ce que l'on perçoit, mémorise, apprend et découvre sans en avoir conscience. Enfin, **l'inconscient darwinien** est une autre façon de désigner les instincts – de l'instinct maternel à l'instinct tribal –, c'est-à-dire des programmes de conduites innées léguées à l'espèce humaine par des millions d'années d'évolution.

L'inconscient selon Freud

La notion d'inconscient a émergé bien avant que Sigmund Freud s'en empare. Dès le milieu du XIX^e siècle, philosophes, psychiatres et psychologues avaient déjà proposé plusieurs théories de l'inconscient. Des philosophes allemands (Eduard von Hartmann, Carl Gustav Carus) avaient déjà assimilé l'inconscient à une force vitale plus ou moins obscure guidant notre destinée à notre insu. Certains psychiatres parlent à la même époque de « psychologie des profondeurs » (Eugen Bleuler) ou de « subconscient » (Pierre Janet). Des psychologues comme John H. Jackson ou Theodor Lipps (que S. Freud voit comme un concurrent direct) s'intéressent aux automatismes mentaux – réflexes et habitudes – qui nous font parfois agir comme des automates.

Le succès de la psychanalyse, dès les années 1920, va éclipser peu à peu toutes les autres versions de l'inconscient. Dans le premier modèle, forgé à la fin des années 1890, la notion d'inconscient est étroitement associée à deux notions centrales : celle de sexualité infantile et celle de refoulement. Certaines pulsions sexuelles de l'enfant (le petit garçon désire posséder sa mère, la petite fille désire son père) sont interdites, refoulées et reléguées dans les zones d'ombre du psychisme. Elles ne trouvent à s'exprimer que sous des formes détournées : rêves ou actes manqués. Et par les névroses aussi. Car lorsque le désir est trop puissant et le refoulement trop fort, le conflit psychique peut se transformer en névrose.

Au lendemain de la Seconde Guerre mondiale, S. Freud élaborera une seconde version du psychisme (la « seconde topique »). Le psychiatre se penche alors sur les désastres psychiques de la guerre. Certains soldats souffrent de graves traumatismes, hantés par des cauchemars répétant de façon obsessionnelle les scènes violentes qu'ils ont vécues au front. D'où vient cette « pulsion de répétition », cette tendance à se repasser le film intérieur de ces moments tragiques ? Difficile d'attribuer ces cauchemars à des désirs sexuels refoulés (comme S. Freud l'avait fait dans *L'Interprétation des rêves*). Il imagine alors qu'à côté de la libido existe une autre pulsion, destructrice celle-là : la pulsion de mort. Pulsions de vie et pulsions de mort, amour et agressivité, Eros et Thanatos : les deux forces se côtoient dans le psychisme humain.

À la même époque, S. Freud propose également de rebaptiser l'inconscient le « ça » (terme emprunté à Georg Groddeck). Il s'agit pour lui de lever une ambiguïté. Le mot inconscient peut difficilement qualifier des pulsions que la psychanalyse s'attache justement à rendre conscientes.

Le plus curieux est que l'usage de ce mot va continuer son périple tout au long du XX^e siècle alors que son fondateur avait pris ses distances avec ce terme profondément équivoque.

L'inconscient des sciences cognitives

C'est vers la fin des années 1980 qu'un nouveau modèle de l'inconscient entre en scène. En 1987, le psychologue John F. Kihlstrom fait paraître dans la revue *Science* un article remarqué : « The cognitive unconscious »¹.

Le mot renvoie alors une conception très différente de l'inconscient freudien. Il englobe les faits de percevoir, d'apprendre, de résoudre des problèmes sans en avoir conscience. Depuis, ce terme a fait fortune dans les milieux des sciences cognitives et de très nombreuses études lui sont consacrées.

L'inconscient cognitif désigne d'abord un type de perception promu sous le nom de « perception subliminale ». Celle-ci renvoie à un fantasme et à une réalité. Le fantasme est celui de la manipulation publicitaire. Pendant qu'un spectateur regarde une séquence filmée se glisse furtivement une image d'une bouteille de soda – que le spectateur n'a pas vraiment eu le temps de reconnaître. Lors de ses achats au supermarché, il va inconsciemment se laisser tenter par cette marque de soda. Le spectateur serait victime d'une « persuasion clandestine », dénoncée en son temps par Vance Packard comme la forme la plus perverse de manipulation des masses². En réalité, cette histoire est mythique. Si des publicitaires ont cru à une époque pouvoir influencer l'opinion de cette manière, aucune étude objective n'est venue confirmer que la perception subliminale avait un effet durable. En revanche, il existe bien un phénomène d'induction – très limité dans le temps – repéré sous le nom d'« effet amorçage ». Présentez sur un écran une liste de mots (cheval, salade, table, maison, etc.) et demandez à un sujet d'en choisir un au hasard. Si une image de salade a été diffusée sur l'écran pendant un laps de temps imperceptible à la conscience, la personne va choisir préférentiellement le mot salade. Le phénomène dit d'amorçage a été bien documenté scientifiquement. S'il n'agit pas à long terme, ce mécanisme de perception inconsciente est un phénomène très courant dans la vie quotidienne. Cette perception inconsciente fait donc partie de ce vaste continent de l'inconscient cognitif qui a, selon le psychologue Timothy Wilson, une fonction adaptative³.

L'inconscient cognitif possède aussi un autre visage : la mémoire implicite. Son existence a été mise à jour par Daniel L. Schacter, professeur de psychologie à l'université de Harvard, à partir d'études d'aphasiques. Jusque-là, les spécialistes étudiaient exclusivement la mémoire explicite (se souvenir consciemment d'un événement). Or, D.L. Schacter a constaté qu'il existait une mémoire implicite échappant à la conscience. Ainsi, certains amnésiques ne se souviennent pas d'une personne qu'on leur a présentée la veille mais réagissent positivement ou négativement à son égard selon que cette personne a été agréable ou non avec lui lors des rencontres précédentes. En d'autres termes, la personne ne se souvient pas consciemment de la rencontre, mais une partie de sa mémoire en a enregistré certains aspects.

Autre aspect de l'inconscient cognitif : les soudaines « illuminations » scientifiques. Le mathématicien Henri Poincaré a fait l'une de ses grandes découvertes mathématiques en prenant l'omnibus pour aller en excursion. La solution du problème lui est brusquement apparue alors qu'il pensait à tout autre chose. Comme si le cerveau travaillait dans l'ombre, dans des couches souterraines, alors même que la pensée consciente est préoccupée par autre chose. De nombreux scientifiques ont rapporté que c'est en vaquant à leurs occupations qu'il leur est tout à coup venu à l'esprit la solution d'un problème sur lequel ils butaient depuis quelques jours.

Perception subliminale, mémoire implicite, illumination, etc., telles sont quelques-unes des prouesses de l'inconscient cognitif. Il en existe d'autres aspects. Pierre Buser, chercheur en psychologie cognitive, a recensé dans son dernier livre, *L'Inconscient aux mille visages*, bien d'autres formes d'inconscients cognitifs : connaissances implicites, intuition, automatismes mentaux, etc.⁴.

L'inconscient darwinien

Après l'inconscient freudien (la libido), l'inconscient cognitif (l'intuition), voici que refait surface un autre visage de l'inconscient : l'inconscient darwinien. Autrement dit : l'instinct.

La théorie des instincts a eu son heure de gloire en éthologie dans les années 1930. Pour Konrad Lorenz et Niko Tinbergen, l'instinct est un comportement inné, transmis héréditairement et qui se réalise sous forme d'une séquence de conduite stéréotypée. L'instinct conduit le saumon à remonter vers la source du fleuve où il est né pour la fraie, l'oiseau migrateur à migrer la saison venue ou le castor à construire un barrage.

Pour K. Lorenz, cependant, l'instinct humain s'est émoussé, son comportement étant avant tout guidé par la culture, un substitut à l'instinct défaillant. Or, le voilà qui réapparaît de façon inattendue à travers la psychologie évolutionniste. Le linguiste Steven Pinker n'a pas hésité à parler d'un « instinct du langage » pour exprimer la propension des enfants à acquérir le langage. La sociobiologiste Sarah Blaffer Hrdy, elle, a réhabilité la notion d'« instinct maternel ».

Récemment, plusieurs auteurs ont même relancé l'existence d'un « instinct tribal⁵ ». L'idée repose sur un constat simple : l'homme est un mammifère social. À ce titre l'évolution lui a légué, comme à la plupart des animaux sociaux, des programmes de comportements nécessaires à la vie en groupe. Chez toutes les espèces sociales, on observe tout un répertoire de conduites communes : comportements parentaux, rituels de communication, comportements territoriaux (marquage de territoire et crainte de l'étranger), conduites hiérarchiques (dominance et/ou soumission), imitation, jeux d'apprentissage ou de confrontation, etc. Ainsi, les espèces vivant en bandes (comme les loups, les cerfs ou les chimpanzés) pratiquent des rituels de salut. Les loups se saluent au réveil en se frottant les uns contre les autres ; les chimpanzés saluent le chef en lui touchant la main. Pour les éthologues, le fait de se saluer le matin n'est donc pas une règle de civilité inventée par les hommes il y a quelques siècles, mais bien un comportement en partie instinctif caractéristique d'une espèce sociale.

Selon Robert Boyd et Peter J. Richerson, ces instincts tribaux participent encore aujourd'hui de la constitution permanente des liens de sociabilité. Pour le primatologue Robin Dunbar, on retrouve dans les cités modernes ce besoin « d'épouillage social » dans ces lieux de socialisation que sont les bars, pubs, machines à café des entreprises. La psychologie de la meute serait transposable aux groupes humains...

Avec la psychologie évolutionniste, on est aux antipodes d'une vision de l'être l'humain façonné uniquement par la culture. Pour Matt Ridley, l'une des figures de proue de la psychologie évolutionniste, il existe dans l'espèce humaine une « pléthore d'instincts⁶ », s'exprimant dans un répertoire d'émotions de base, de pulsions, de conduites programmées, de dispositifs cognitifs. Si les conduites de séduction, les jeux d'enfants se ressemblent tant d'un bout à l'autre du monde, c'est qu'ils répondent à une nature humaine universelle.

Trois inconscients pour un même cerveau ?

Selon M. Ridley, ces instincts n'ont pas la rigidité d'un programme d'horlogerie, les instincts parentaux, sexuels, tribaux agissant par l'intermédiaire de tout un arsenal de déclencheurs, génétiques, hormonaux, et de stimulants sociaux qui poussent, le moment venu, la plupart des jeunes femmes à désirer des enfants, les jeunes à se rassembler en bandes. Ces instincts sont tout comme l'instinct sexuel – variables d'un individu à l'autre ; s'ils peuvent être modulés, réprimés, refoulés ou déréglés, ils n'en restent pas moins une tendance naturelle.

Libido, intuition, instinct, trois inconscients pour un même cerveau ? Cela fait beaucoup. En 1962, le neurologue Paul McLean avait déjà proposé une théorie du « cerveau triunique », qui a connu un certain succès.

Selon le neurologue américain, le cerveau humain est constitué en trois strates correspondant chacune à une étape de l'évolution : le cerveau reptilien, siège des instincts primaires (sexualité,

agressivité), le cerveau limbique, siège des émotions, et enfin le cortex, apparu récemment dans l'évolution et responsable chez l'homme des fonctions cognitives les plus évoluées⁷.

Serait-il possible de construire un modèle de l'inconscient à l'instar de celui de P. McLean ? L'idée est séduisante mais fautive : ce serait mélanger les genres. Nos trois inconscients ne sont pas trois couches successives qui se superposent en trois étages – instincts, affects, pensée. Ils ne sont que trois façons de décrire le fonctionnement du même cerveau. Et s'il y a des ponts à faire, ce sont des ponts conceptuels pour relier les théories entre elles. Certains s'y attachent. Exemple, les associations de neuropsychanalyse qui se sont constituées depuis le début des années 2000 et qui tentent de faire le pont entre psychanalyse et neurosciences. Elles renouent d'ailleurs avec un travail que S. Freud n'aurait pas désavoué. Les liens entre l'inconscient darwinien – les instincts – et l'inconscient freudien – les pulsions – ne sont pas impossibles. Freud lui-même était un lecteur de Darwin et de son vulgarisateur Ernst Haeckel⁸.

Au seuil du XXI^e siècle, on assiste paradoxalement à une prolifération d'autres théories de l'inconscient. Ainsi, dans *The New Unconscious*, un groupe de psychologues sociaux et cognitifs décrit l'inconscient comme l'ensemble de nos jugements, valeurs, et schémas mentaux, qui façonne notre perception de l'environnement et nous aide à agir et analyser l'environnement de telle ou telle manière.

Paradoxalement, le statut de l'inconscient se retrouve aujourd'hui dans une situation proche de celle de la fin du XIX^e siècle, où la notion émergeait déjà sous des formes très différentes. Un siècle plus tard, la situation a cependant changé. Nous disposons désormais d'une masse considérable de travaux sur les mécanismes cognitifs (perception, mémoire, intelligence), sur l'éthologie humaine et animale, sur la psychiatrie qui permet de reprendre le problème sur de toutes nouvelles bases.

Le social : un quatrième inconscient ?

Ne pourrait-on considérer les influences sociales qui agissent sur nos gestes à notre insu comme une forme « d'inconscient social » ? Lorsque l'on fait ses courses au supermarché, nos achats s'effectuent en fonction de délibérations conscientes : on choisit selon les prix, notre goût, nos valeurs (produits écologiques ou produits diététiques), etc. Mais il y a aussi des facteurs qui nous influencent inconsciemment. Telle couleur d'emballage va susciter une réaction négative en fonction de nos schémas de pensée implicites (la couleur bleue est froide, rouge, agressive) ; notre rejet d'un produit peut être déterminé par une expérience passée que l'on a oubliée. Les psychologues sociaux considèrent que les schémas de pensée, conduites stéréotypées, habitudes, routines qui conditionnent nos comportements au quotidien forment une sorte d'inconscient social. Le terme d'inconscient social avait été explicitement utilisé par le sociologue Pierre Bourdieu pour définir l'*habitus*, c'est-à-dire l'ensemble des prédispositions à agir, à penser, à parler de façon quasi automatique, forgé au cours de notre enfance par l'intériorisation des normes et valeurs d'un milieu d'appartenance ; l'*habitus* correspond à un « programme » (comparable à un programme informatique), nous dit P. Bourdieu. Et le sociologue revendiquait même le recours à une « socioanalyse » pour prendre conscience de ce conditionnement social inconscient.

¹ J.-F. Kihlstrom, « The cognitive unconscious », *Science*, vol. CCXXXVII, 18 septembre 1987.

² V. Packard, *La Persuasion clandestine*, 1957, rééd. Calmann-Lévy, 1998.

³ T. Wilson, *Strangers to Ourselves : Discovering the adaptive unconscious*, Harvard University Press, 2002.

⁴ P. Buser, *L'Inconscient aux mille visages*, Odile Jacob, 2005.

⁵ R. Boyd, P.J. Richerson, « The evolution of subjective commitment to groups : A tribal instincts hypothesis », in R. Nesse, *Evolution and the Capacity for Commitment*, Russell Sage Foundation, 2001.

⁶ M. Ridley, *The Origins of Virtue : Human instincts and the evolution of cooperation*, Viking, 1997, et *Nature via Nurture : Genes, expérience and what make us human*, Harper Collins, 2003.

⁷ P. McLean, *Les Trois Cerveaux de l'homme*, Laffont, 1990. Voir aussi p. 91.

⁸ Voir à ce sujet L.B. Ritvo, *L'Ascendant de Darwin sur Freud*, Gallimard, 1992 ; J. Duverney Bolens, « Le déplacement de l'intentionnalité chez Darwin », *L'Homme*, n° 153, 2000. <http://lhomme.revues.org/document7.html>