

Fonctionnement mental

I. Introduction

Dans le champ de la psychologie le concept de fonctionnement mental présente une grande importance théorique et clinique.

Le concept de mental permet une meilleure compréhension des liens plus ou moins conflictuels qu'entretiennent les processus internes du sujet avec les processus qu'il développe en relation avec les exigences du monde externe.

Cette activité mentale remonte au début de la vie, en effet grâce aux soins maternels le bébé découvre non seulement les émois mais également les propriétés des objets qui l'entourent. Ces relations vont donner dans un premier temps un vécu sensori-physique puis peu à peu grâce aux pertes et aux retrouvailles ce vécu devient une expérience physique qui va se transformer en connaissance permettant ainsi de penser à l'objet.

Face à une situation de manque on va éprouver le besoin de créer un lien et ceci grâce à la pensée et ses infinis on va ainsi libérer l'activité psychique du sujet et il devient le créateur de sa propre vie psychique et mentale.

De cette étude du concept mental plusieurs termes se sont dégagés on retrouve psychisme, pensée ou encore intelligence.

II. Le fonctionnement mental

Sigmund Freud a élaboré deux conceptions de l'appareil psychique que l'on nomme topiques.

Le terme "topique" vient du grec topos qui signifie "lieu".

En effet, il s'agissait pour Freud d'expliquer le fonctionnement mental humain en situant concrètement et visuellement ses divers constituants psychiques, leurs interactions et leurs fonctions.

En 1900, dans "l'interprétation des rêves", Freud expose sa théorie de la première topique en divisant l'appareil psychique en trois systèmes:

Conscient, Préconscient et Inconscient.

Ces trois régions de l'appareil psychique ont leurs propres caractéristiques, leur fonctionnement et leurs modes d'interaction.

Entre chaque lieu, Freud décrit des censures ou frontières qui inhibent et contrôlent le passage de l'un à l'autre.

A partir de 1920, Freud complète et enrichit cette première conception avec la seconde topique.

Ainsi, après avoir décrit les systèmes en jeu, Freud propose une cartographie des grandes instances psychiques qui opèrent en chacun de nous et forment notre personnalité.

1. Les 3 systèmes :

- inconscient
- préconscient
- conscient

❖ Conscient : Il est situé à la périphérie de l'appareil psychique entre le monde extérieur et les systèmes mnésiques.

Il est chargé d'enregistrer les informations venant de l'extérieur et de percevoir les sensations intérieures (plaisir-déplaisir)

Il est le siège des processus de pensée c'est à dire aussi bien des raisonnements que des reviviscences de souvenirs.

❖ Préconscient : Le Préconscient, lieu (topos) intermédiaire entre l'Inconscient et le Conscient, nécessaire au fonctionnement dynamique de l'appareil psychique, contient des représentations qui ne sont pas présentes à la conscience mais sont susceptibles de le devenir.

Il a pour rôle principal de permettre des pensées intermédiaires, de censure (réticences) mais aussi d'adjonction, à partir, notamment, de sèmes intuitifs et de sèmes mnésiques.

Encore appelé le Moi officiel, se définit par :

- Son contenu : non présent dans le champ de conscience, mais accessible à la connaissance consciente
- Il appartient au système des traces mnésiques et il est fait de représentation de mots (représentation verbale dont la qualité serait selon Freud acoustique).

❖ Inconscient Il est constitué pendant l'enfance :

C'est la partie la plus archaïque de l'appareil psychique, la plus proche de la source pulsionnelle

Son contenu est constitué essentiellement de représentants de ces pulsions. Le représentant désigne l'ensemble de la représentation et de la charge affective qui lui est liée.

Ce sont des représentations de choses qui ont subi le refoulement primaire, elles sont d'ordre visuel comme dans le rêve et ne peuvent parvenir à la conscience vigile qu'associées à une trace verbale

Son fonctionnement est caractérisé par le processus primaire. Celui-ci est régi par le principe de plaisir

Deux types d'inconscient :

- Faits psychiques latents : mais susceptibles de devenir conscients

- Faits psychiques refoulés : qui, comme tels et livrés à eux-mêmes, sont incapables d'arriver à la conscience.

2. Les 3 instances de l'appareil psychique pour Freud :

1. Le ça :

lieu des pulsions, notamment de la libido (énergie vitale qui englobe nos désirs, nos envies, nos pulsions de vie. De manière générale désigne et notre activité sexuelle concrète et imaginaire).

Le ça ignore les jugements de valeurs, la morale, le bien ou le mal.

Son fonctionnement est régi par le principe de plaisir, il n'a que faire du principe de réalité.

Il pousse à la jouissance outrepassant le principe de plaisir et défiant les interdits.

Au début de la vie, le Ça est la première instance, avant l'apparition de la conscience de soi.

C'est donc une instance archaïque d'où découlent les autres instances. Pour expliquer simplement, Freud écrit : « *Le Moi représente ce qu'on appelle la raison et la sagesse, le Ça, au contraire, est dominé par les passions.* »

2. Le surmoi :

Le Sur-Moi est une entité à part entière à l'intérieur du Moi. Il est l'héritier des interdits et des normes parentaux. Il est également le descendant du Surmoi de nos parents.

C'est la Loi intérieure qui dicte ce qui est bien ou mal. Sévèrement voire même cruellement, il juge, censure et punit le Moi aux prises avec les exigences pulsionnelles du ça.

En venant contrer le ça, le Surmoi joue également un rôle protecteur de l'équilibre psychique et de prise en compte d'autrui. C'est cette petite voix qui résonne et nous dit *qu'il ne faut pas* ou que *l'on doit*.

Le Surmoi ouvre la voie vers un Idéal que le sujet s'efforce de rattraper. Cependant, un Surmoi trop fort peut se transformer en bourreau qui fait souffrir. Il devient alors générateur d'un fort sentiment de culpabilité et de dépréciation de soi.

3. Le moi :

C'est l'instance psychique à laquelle se rattache la conscience et c'est lui qui communique avec le monde extérieur.

Son rôle est de préserver l'équilibre psychique du sujet en s'adaptant aux contraintes de la réalité extérieure.

Une partie du Moi accède à la conscience alors qu'une autre partie est infiltrée par l'inconscient du fait des ressentis internes. Le moi est donc à la fois conscient et inconscient.

C'est le Moi qui contrôle et exerce un droit de censure notamment sur les rêves. Il participe à la mise en œuvre du mécanisme de refoulement qui permet de maintenir dans l'inconscient ce qui le dérange. En effet, le Moi s'efforce de substituer le principe de la réalité au principe du plaisir qui seul affirme son pouvoir dans le Ça.

"Le Moi n'est pas maître dans sa propre maison" et Freud le définit comme une *"pauvre créature"* qui souffre car elle subit « *la menace de trois dangers, de la part du monde extérieur, de la libido du ça et de la sévérité du surmoi* ».

Ce tiraillement du Moi, compte tenu de son rôle de médiateur, fait de lui le lieu de l'angoisse quand il est débordé et de la culpabilité quand il échoue dans sa mission.

Le symptôme est alors considéré comme l'expression d'un compromis entre des désirs, des défenses et des interdits contradictoires (exemple : conflit psychique entre des désirs du ça et des exigences morales opposées).

III. Les mécanismes de défense :

Le moi dans sa lutte contre les représentants de la pulsion et contre les affects, dispose de dix mécanismes de défense qui sont :

- a. Le refoulement : C'est repousser ses propres désirs, ses pulsions, ses envies qui ne peuvent devenir conscients parce qu'ils sont inavouables, trop pénibles ou même répréhensibles pour l'individu ou pour la société. Mais ils vont rester en nous d'une façon inconsciente.
- b. La régression : retour à un mode de fonctionnement plus archaïque, plus ancien qui va induire la prévalence du langage, d'un comportement, d'intérêts qui auront la tonalité et la coloration caractéristiques d'un stade donné. Cette régression est possible du fait de fixations liées à ce stade
- c. La formation réactionnelle : Cela le pousse à développer la pulsion contraire à celle qu'il rejette.
- d. L'isolation : isoler la représentation de sa charge affective. La représentation est alors désaffectisée et l'affect doit trouver une autre issue, par exemple le déplacement sur une autre représentation.
Sur un mode plus restrictif rupture des connexions associatives entre une pensée ou une action et ce qui la précède ou lui fait suite.
- e. L'annulation rétroactive : attitude psychique de sens opposé à un désir refoulé et constituée en réaction contre celui-ci.
- f. La projection processus psychique qui se fait en trois temps:
 - la représentation gênante d'une pulsion interne est supprimée.
 - le contenu est déformé.
 - il fait retour dans le conscient sous la forme d'une représentation liée à l'objet externe.

"Ce n'est pas de sa faute, c'est celle de l'autre"

- g. L'introjection : opération psychique qui permet au sujet de localiser à l'intérieur ce qui se situe en fait à l'extérieur.
- h. Le retournement contre soi
- i. La transformation en contraire processus par lequel le but d'une pulsion se transforme en son contraire.
Ex : passage de l'activité à la passivité.
- j. La sublimation : une pulsion est dite sublimée dans la mesure où elle est dérivée vers un nouveau but non sexuel et où elle vise des objets socialement valorisés artistiques, intellectuels, professionnels).