

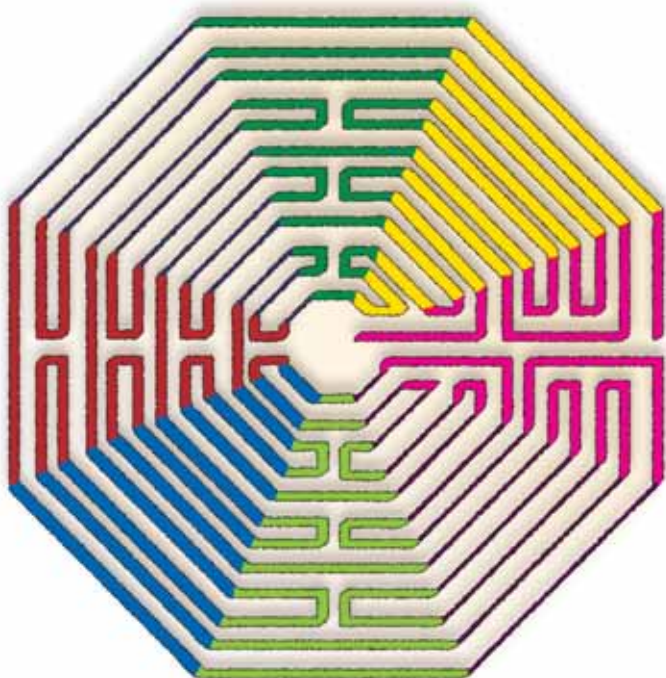
# Le Monde Des des Ph@rmaciens

Site : <http://www.lemondedespharmaciens.com/> Facebook : <http://www.facebook.com/Le.Monde.Des.Pharmaciens>

Le Monde  
des  
Pharmaciens

# Psychologie de l'identité

Soi et le groupe



DUNOD

P S Y C H O    S U P

# Psychologie de l'identité

Soi et le groupe

Edmond Marc

DUNOD

Une première édition de cet ouvrage  
est parue en 1992 aux Presses  
Universitaires de France sous le titre  
*Identité et communication. L'expérience groupale.*  
Cette édition a été actualisée et complétée par l'auteur.

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1<sup>er</sup> juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements



d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée. Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du Centre français d'exploitation du

droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).

© Dunod, Paris, 2005  
ISBN 2 10 048383 8

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

# TABLE DES MATIÈRES

---

|                                                 |           |
|-------------------------------------------------|-----------|
| <b>Introduction</b>                             | <b>1</b>  |
| PREMIÈRE PARTIE : À LA RECHERCHE DE L'IDENTITÉ  |           |
| <b>1 Qu'est-ce que l'identité ?</b>             | <b>17</b> |
| 1.1 Une notion paradoxale                       | 17        |
| 1.2 Premières recherches                        | 19        |
| 1.2.1 <i>Les travaux fondateurs d'Erikson</i>   | 19        |
| 1.2.2 <i>Un processus évolutif</i>              | 20        |
| 1.2.3 <i>Identité du moi/identité du soi</i>    | 22        |
| 1.3 Concepts et méthodes                        | 23        |
| 1.3.1 <i>Questions terminologiques</i>          | 23        |
| 1.3.2 <i>Comment saisir la subjectivité ?</i>   | 24        |
| 1.3.3 <i>La multiplicité des démarches</i>      | 26        |
| 1.4 Principales approches théoriques            | 28        |
| 1.4.1 <i>L'approche psychanalytique</i>         | 28        |
| 1.4.2 <i>Les pathologies du soi</i>             | 30        |
| 1.4.3 <i>L'anthropologie culturelle</i>         | 31        |
| 1.4.4 <i>La perspective génétique</i>           | 32        |
| 1.4.5 <i>Les recherches psychosociologiques</i> | 33        |
| 1.4.6 <i>Les approches phénoménales</i>         | 35        |
| 1.4.7 <i>Le courant cognitiviste</i>            | 37        |

|          |                                                                    |    |
|----------|--------------------------------------------------------------------|----|
| 1.4.8    | <i>La perspective interactionniste</i>                             | 39 |
| <b>2</b> | <b>Genèse de l'identité</b>                                        | 41 |
| 2.1      | L'identité corporelle                                              | 41 |
| 2.1.1    | <i>Sensations corporelles et investissement narcissique de soi</i> | 42 |
| 2.1.2    | <i>L'image spéculaire</i>                                          | 44 |
| 2.2      | Identité et interactions                                           | 46 |
| 2.2.1    | <i>Du corps au code</i>                                            | 47 |
| 2.2.2    | <i>Un double mouvement d'identification</i>                        | 49 |
| 2.3      | Crises et transformations                                          | 51 |
| <b>3</b> | <b>Concepts et méthodes</b>                                        | 53 |
| 3.1      | Une notion idéologique ?                                           | 53 |
| 3.2      | Les postulats du cognitivisme                                      | 55 |
| 3.2.1    | <i>Le soi comme structure cognitive</i>                            | 55 |
| 3.2.2    | <i>Le soi est un objet comme un autre</i>                          | 56 |
| 3.2.3    | <i>Ipse et idem</i>                                                | 57 |
| 3.2.4    | <i>La valeur du soi</i>                                            | 58 |
| 3.3      | L'approche phénoménologique                                        | 59 |
| 3.3.1    | <i>De l'introspection à la réflexion</i>                           | 60 |
| 3.3.2    | <i>Le soi comme processus temporel</i>                             | 62 |
| 3.3.3    | <i>Le soi ne peut être un objet</i>                                | 63 |
| 3.3.4    | <i>La conscience pour-autrui</i>                                   | 65 |
| 3.3.5    | <i>Soi intime/soi social</i>                                       | 66 |
| 3.3.6    | <i>Échapper au fétichisme de la méthode</i>                        | 67 |
| 3.4      | Une conception systémique et intégrative                           | 69 |
| 3.4.1    | <i>Un phénomène paradoxal</i>                                      | 69 |
| 3.4.2    | <i>Un processus régulateur</i>                                     | 70 |

## DEUXIÈME PARTIE : LE SOI À L'ÉPREUVE DU GROUPE

|          |                                                |    |
|----------|------------------------------------------------|----|
| <b>4</b> | <b>L'expérience du groupe</b>                  | 83 |
| 4.1      | Sous le regard d'autrui                        | 84 |
| 4.1.1    | <i>Les craintes suscitées par la situation</i> | 85 |
| 4.1.2    | <i>La peur d'autrui</i>                        | 86 |
| 4.1.3    | <i>Le groupe, « machine à influencer »</i>     | 88 |
| 4.2      | Les réactions de défense                       | 89 |
| 4.2.1    | <i>Affirmation ou retrait</i>                  | 89 |
| 4.2.2    | <i>Le rituel des présentations</i>             | 91 |
| 4.2.3    | <i>La fusion dans le groupe</i>                | 92 |
| 4.2.4    | <i>La recherche d'un leader</i>                | 94 |

|          |                                                    |     |
|----------|----------------------------------------------------|-----|
| 4.2.5    | <i>Mécanismes de défense collectifs</i>            | 95  |
| 4.2.6    | <i>Les « stratégies identitaires »</i>             | 99  |
| <b>5</b> | <b>L'identification groupale</b>                   | 101 |
| 5.1      | Le groupe comme totalité                           | 102 |
| 5.1.1    | <i>Un être indifférencié</i>                       | 102 |
| 5.1.2    | <i>Le besoin de former un groupe</i>               | 103 |
| 5.2      | Le groupe comme institution                        | 105 |
| 5.2.1    | <i>La recherche d'unité</i>                        | 105 |
| 5.2.2    | <i>L'intégration</i>                               | 107 |
| 5.2.3    | <i>Continuité et constance</i>                     | 108 |
| 5.2.4    | <i>Le groupe : surmoi et idéal du moi</i>          | 110 |
| 5.2.5    | <i>La conformité supérieure de soi</i>             | 111 |
| 5.3      | L'identification projective                        | 112 |
| 5.3.1    | <i>Rôle de la personnalité centrale</i>            | 113 |
| 5.3.2    | <i>L'affectivité groupale ?</i>                    | 113 |
| 5.3.3    | <i>Intra- et intersubjectivité</i>                 | 115 |
| 5.4      | Unité et sentiment d'intégration                   | 116 |
| 5.4.1    | <i>L'appareil psychique groupal</i>                | 118 |
| 5.4.2    | <i>Une fiction défensive</i>                       | 119 |
| <b>6</b> | <b>Soi social/soi intime</b>                       | 121 |
| 6.1      | Structure de l'identité                            | 122 |
| 6.1.1    | <i>Identité sociale/identité personnelle</i>       | 122 |
| 6.1.2    | <i>La division du sujet</i>                        | 123 |
| 6.2      | L'intérieur et l'extérieur                         | 125 |
| 6.2.1    | <i>L'identité sociale</i>                          | 126 |
| 6.2.2    | <i>L'identité intime</i>                           | 127 |
| 6.2.3    | <i>La coupure entre l'intérieur et l'extérieur</i> | 129 |
| 6.3      | Le dit et le non-dit                               | 131 |
| 6.3.1    | <i>L'espace transitionnel de la parole</i>         | 133 |
| 6.3.2    | <i>Une structure polymorphe</i>                    | 136 |
| <b>7</b> | <b>Le miroir de l'autre</b>                        | 139 |
| 7.1      | Le jeu des images                                  | 140 |
| 7.1.1    | <i>Image positive et image négative</i>            | 143 |
| 7.2      | Le contrôle de l'image de soi                      | 147 |
| 7.2.1    | <i>La maîtrise des impressions</i>                 | 148 |
| 7.2.2    | <i>La tenue</i>                                    | 149 |
| 7.2.3    | <i>L'insu</i>                                      | 150 |
| 7.3      | L'image d'autrui                                   | 152 |

|       |                                                     |     |
|-------|-----------------------------------------------------|-----|
| 7.3.1 | <i>Catégorisation et attribution</i>                | 152 |
| 7.3.2 | <i>La dimension projective</i>                      | 154 |
| 7.4   | <i>L'image de l'animateur</i>                       | 157 |
| 7.4.1 | <i>Une image ambivalente</i>                        | 157 |
| 7.4.2 | <i>Une figure surmoïque</i>                         | 158 |
| 7.4.3 | <i>Spécificité du statut</i>                        | 159 |
| 7.5   | <i>Représentation d'autrui et conscience de soi</i> | 161 |
| 7.5.1 | <i>Perception et relation affective</i>             | 161 |
| 7.5.2 | <i>Quelques recherches</i>                          | 162 |
| 7.5.3 | <i>L'empathie</i>                                   | 163 |

### TROISIÈME PARTIE : LA DYNAMIQUE IDENTITAIRE

|          |                                                              |     |
|----------|--------------------------------------------------------------|-----|
| <b>8</b> | <b>La quête de reconnaissance</b>                            | 169 |
| 8.1      | <i>Conscience de soi et rapport à autrui</i>                 | 169 |
| 8.1.1    | <i>Le dépassement de la position égocentrique</i>            | 170 |
| 8.1.2    | <i>Le rapport de places</i>                                  | 171 |
| 8.2      | <i>Les besoins identitaires</i>                              | 173 |
| 8.2.1    | <i>Le besoin d'existence</i>                                 | 173 |
| 8.2.2    | <i>Le besoin d'intégration</i>                               | 175 |
| 8.2.3    | <i>Le besoin de valorisation</i>                             | 177 |
| 8.2.4    | <i>Le besoin de contrôle</i>                                 | 181 |
| 8.2.5    | <i>Le besoin d'individuation</i>                             | 182 |
| 8.2.6    | <i>Hiérarchie des besoins et conflits</i>                    | 184 |
| 8.3      | <i>Confirmation et infirmation</i>                           | 185 |
| 8.3.1    | <i>Rejet, déni, collusion</i>                                | 186 |
| 8.3.2    | <i>Formes et modalités</i>                                   | 187 |
| 8.3.3    | <i>L'évolution de la communication</i>                       | 188 |
| <b>9</b> | <b>L'expression de soi</b>                                   | 193 |
| 9.1      | <i>L'expression comme affirmation de soi</i>                 | 194 |
| 9.1.1    | <i>Le conflit des désirs et des défenses</i>                 | 196 |
| 9.1.2    | <i>L'expression corporelle</i>                               | 198 |
| 9.2      | <i>La parole comme métaphore du sujet</i>                    | 198 |
| 9.3      | <i>Parole, identité et stades du développement</i>           | 202 |
| 9.4      | <i>Stratégies expressives et mise en scène de l'identité</i> | 206 |
| 9.4.1    | <i>Le discours comme formation de compromis</i>              | 206 |
| 9.4.2    | <i>Les mécanismes d'autocorrection</i>                       | 207 |
| 9.4.3    | <i>Les régulations autocentrées</i>                          | 209 |
| 9.4.4    | <i>Rapport de places et identité</i>                         | 210 |

|                                                        |         |
|--------------------------------------------------------|---------|
| <b>10 Les stratégies identitaires</b>                  | 213     |
| 10.1 La recherche du même                              | 214     |
| 10.1.1 <i>L'indifférenciation protectrice</i>          | 214     |
| 10.1.2 <i>La quête du semblable</i>                    | 215     |
| 10.1.3 <i>Le couplage</i>                              | 217     |
| 10.1.4 <i>Le rejet de la différence</i>                | 219     |
| 10.2 La différenciation                                | 220     |
| 10.2.1 <i>Séparation et limites</i>                    | 221     |
| 10.2.2 <i>Distinction, visibilité et individuation</i> | 222     |
| 10.2.3 <i>La différence des sexes</i>                  | 224     |
| 10.3 Dialectique entre similitude et différence        | 226     |
| 10.3.1 <i>L'influence du contexte</i>                  | 227     |
| 10.3.2 <i>Risques et profits</i>                       | 227     |
| <br><b>Conclusion</b>                                  | <br>231 |
| <b>Bibliographie</b>                                   | 241     |
| <b>Index des notions</b>                               | 249     |
| <b>Index des auteurs</b>                               | 253     |



# INTRODUCTION

---

La question de l'identité tourmente notre époque. Elle hante aussi bien le discours des philosophes, des psychologues et des sociologues que celui des journalistes ou des politiques. Ces discours nous décrivent un individu « post-moderne », caractérisé par une quête incessante de soi ; quête ambivalente où l'affirmation identitaire devient à la fois un objectif exaltant et un fardeau accablant<sup>1</sup>.

Mais l'individu n'est pas seul à poursuivre cette quête. Nombreux sont aussi les groupes sociaux tendus vers la recherche anxieuse ou la défense de leur identité : communautés ethniques ou régionales, mouvements féministes, minorités sexuelles, jeunes issus de l'immigration...

Toutes ces manifestations ne sont pas sans lien entre elles. Elles témoignent sans conteste d'une crise qui ébranle les fondements de la socialité à tous les niveaux (de l'individu aux institutions et aux sociétés globales). L'identité, lorsqu'elle ne se sent pas menacée, n'est l'objet d'aucune interrogation ; elle s'impose avec une évidence tranquille. C'est dans les moments de remise en question, de déni, de rupture, de bouleversement qu'elle devient problématique. L'incertitude et la fragilisation qui l'affectent sont les symptômes d'un « malaise dans la civilisation » qui mine les modèles, les valeurs, les repères traditionnels et les institutions qui les portent. Le couple, la famille, l'école, le monde du travail, la justice accusent des fissures profondes qui laissent l'individu inquiet et démuné. Les statuts, les rôles et les modèles identificatoires se brouillent si bien que la place de chacun

---

1. Parmi de nombreuses publications sur ce thème, on peut citer : C. Taylor, *Les Sources du moi*, 1998 ; A. Ehrenberg, *L'Individu incertain*, 1995 et *La Fatigue d'être soi*, 2000, A. Touraine et F. Khosrokhavar, *La Recherche de soi*, 2000 ; J.-C. Kaufmann, *L'Invention de soi. Une théorie de l'identité*, 2004...

devient floue et changeante. La précarité touche aussi bien la profession, l'emploi que les liens affectifs et familiaux renvoyant l'individu à lui-même et à un sentiment de confusion et d'instabilité. La « lutte des places » (Gauléjac, Taboada-Leonetti, 1993) remplace la lutte des classes ; comme si chacun devait combattre sans trêve pour défendre une existence personnelle et sociale toujours incertaine et la faire reconnaître par les autres. La compétition pour l'avoir et le paraître devient le moteur de la vie relationnelle, économique et sociale – du parcours scolaire à la réussite professionnelle ; elle atteint même la sphère amoureuse et sexuelle (Fromm, 1976).

Ainsi la problématique de l'identité apparaît au cœur des mutations psychosociologiques et culturelles que connaît le monde actuel. Comme le psychanalyste Erik Erikson l'annonçait de façon perspicace en 1968 : « L'étude de l'identité devient aussi centrale à notre époque que celle de la sexualité à l'époque de Freud. »

## Une notion complexe

Mais que désigne-t-on en parlant d'identité ? Est-ce que l'usage très extensif qui est fait de ce terme, tant dans les discours quotidiens que dans celui des sciences humaines, ne rend pas cette notion floue ? De fait, il n'est pas facile d'en donner une définition simple. Un rapide regard sur le dictionnaire en laisse entrevoir déjà toute la complexité. Nous lisons en effet (*Petit Robert*) : « Caractère de ce qui est identique » de « deux objets de pensée identiques », voir *similitude*. « Caractère de ce qui est un » voir *unité*. *Identité personnelle* : « caractère de ce qui demeure identique à soi-même », voir *permanence* ; « le fait pour une personne d'être tel individu et de pouvoir être reconnu pour tel » (pièce d'identité...).

On s'aperçoit, à cette simple lecture, que l'identité conjugue à la fois l'unité, l'unicité, la similitude, la permanence et la reconnaissance (celle du sujet qui se reconnaît lui-même et celle d'autrui). Certains de ces caractères peuvent sembler contradictoires, comme l'unicité et la similitude, traduisant le fait que chaque individu est à la fois unique et semblable à d'autres. Ces définitions montrent aussi que l'identité présente une face objective : celle qu'indique schématiquement la pièce d'identité (carte ou livret de famille) : date et lieu de naissance, ascendants, taille, couleur des yeux... autant de caractéristiques permanentes qui permettent d'identifier sans confusion l'individu (à côté d'autres plus changeantes comme le statut marital, la profession, le lieu de résidence...). L'identité a aussi une face subjective : la conscience qu'a chacun d'être soi, d'être unique et de rester le même tout au long de sa vie.

Ce que montre moins le dictionnaire, c'est que la notion peut s'appliquer à l'individu, mais aussi à des catégories, à des groupes ou à des collectivités ;

ainsi parle-t-on couramment d'identité féminine, d'identité professionnelle, d'identité nationale... L'identité est donc à la fois individuelle et collective, personnelle et sociale ; elle exprime en même temps la singularité et l'appartenance à des « communautés » (familiales, locales, ethniques, sociales, idéologiques, confessionnelles...) dont chacun tire certaines de ses caractéristiques. Sur un versant subjectif, l'identité est d'abord une donnée immédiate de la conscience (« je suis moi ») dont la perturbation signale un trouble psychique grave (la dépersonnalisation). Mais elle traduit aussi un mouvement réflexif par lequel je cherche à me ressaisir, à me connaître (« qui suis-je ? »), à rechercher une cohérence interne, une consistance et une plénitude d'existence, à coïncider avec ce que je voudrais être ou devenir. C'est donc, en même temps, un état et un mouvement, un acquis et un projet, une réalité et une virtualité.

Ces quelques notations montrent toute la complexité d'un phénomène dont on perçoit déjà qu'il tend à conjuguer des éléments contradictoires : l'unicité et la similitude, l'individuel et le social, la permanence et le changement, l'objectif et le subjectif, l'immobilité et le mouvement...

Si l'identité apparaît au premier regard comme une donnée substantielle<sup>1</sup> (tout ce qui me constitue dans ma singularité, tous les attributs qui me définissent), elle se révèle à l'analyse davantage comme un processus dynamique tendant à concilier les dimensions contradictoires qui concourent à la construction de soi et à son évolution. Ce processus est particulièrement actif pendant l'enfance, mais se poursuit tout au long de l'existence.

## Un processus dynamique

Le sentiment d'identité résulte d'un ensemble de processus étroitement intriqués que l'on peut déjà indiquer avant de les analyser plus longuement dans la suite de l'ouvrage :

- un *processus d'individuation*, ou de différenciation, intervenant surtout dans les premières années, par lequel l'enfant arrive à se percevoir comme un être différencié, séparé des autres ; sujet de ses sensations, de ses pensées et de ses actions (pouvant dire « je ») et devenant peu à peu conscient de sa singularité face aux autres et capable de se reconnaître et de reconnaître autrui ;
- un *processus d'identification* par lequel l'individu se rend semblable aux autres, s'assimile leurs caractéristiques, se trouve des modèles pour

1. L'usage du substantif pousse d'ailleurs dans ce sens. Mais il faut bien voir qu'il ne désigne pas un objet de la réalité ; c'est une notion abstraite qui renvoie à un ensemble de phénomènes. Parmi ceux-ci la psychologie étudie les phénomènes de conscience, ou, plus largement, les phénomènes psychiques qui constituent sa dimension subjective.

construire sa personnalité et se sent solidaire de certaines communautés (la famille, les copains, le village ou le quartier, les individus de son sexe ; et, plus tard, la profession, la nationalité, le parti...) ;

- un *processus de valorisation* narcissique, qui fait que le soi est investi affectivement, qu'il est objet d'amour (l'« amour propre », source de l'estime de soi, de la confiance en soi, de l'affirmation de soi, de la vanité...) ;
- un *processus de conservation* qui assure une continuité temporelle dans la conscience de soi et lui confère un sentiment de permanence : ainsi, je me ressens le même malgré la diversité de mes rôles et des situations que je vis et en dépit de l'écoulement du temps ;
- un *processus de réalisation* qui fait que l'identité n'est pas la simple perpétuation du passé, mais s'ouvre sur l'avenir et le possible à travers la poursuite d'un idéal, les rêves de grandeur et de réussite ou la recherche d'équilibre et de plénitude.

Ces processus peuvent être qualifiés de dynamiques à plusieurs titres. D'abord parce qu'ils sont évolutifs et qu'ils n'ont pas la même forme et la même intensité suivant les âges de la vie. Ensuite, s'ils tendent vers une certaine stabilisation de la conscience de soi, cette stabilité est relative et n'a rien de statique. Le sentiment d'identité est constamment affecté par les situations de l'existence, les rôles et les places assumés, les relations avec autrui, les événements extérieurs... Une rencontre, un deuil, un divorce, une perte d'emploi, une maladie peuvent avoir des répercussions considérables sur l'image de soi et le sentiment d'identité. C'est dire que l'évolution qui est la sienne ne suit pas un déroulement linéaire mais se trouve marquée par des seuils, des ruptures, des mutations, des mouvements régressifs... L'adolescence en est un bon exemple ; mais aussi le mariage, la maternité (ou la paternité), la ménopause, le passage à la retraite...

Enfin, ces processus sont dynamiques parce qu'ils supposent la poursuite d'une homéostasie, d'un équilibre instable, au sein d'un jeu de polarités et de tensions entre des forces souvent contradictoires. On en a déjà souligné certaines. L'identité est recherche de l'unicité de soi en réaction à la multiplicité des rôles et des places et à la diversité des perceptions de soi. Elle instaure une continuité de la conscience de soi, mais cette continuité est gagnée sur les changements constants qui l'affectent, dus au temps qui passe, aux situations traversées, au regard des autres. Elle tend à l'individuation, mais à travers les modèles proposés par l'entourage, par la culture et les normes sociales. Elle est tension aussi entre le passé, le présent et l'avenir : « Entre l'*identité héritée* celle qui nous vient de la naissance et des origines sociales, l'*identité acquise*, liée fortement à la position socioprofessionnelle et l'*identité espérée*, celle à laquelle on aspire pour être reconnu » (Gauléjac, 2002, p. 177). L'identité est perception de soi mais cette perception est cons-

tamment médiatisée par le regard d'autrui (réel ou intériorisé), par le discours de l'autre (l'autre extérieur qui nous définit et nous juge et l'autre en nous qui parle à notre insu).

## Choix et orientations

Nous venons d'entrevoir la complexité et la diversité des points de vue sur la problématique identitaire ; mon projet, cependant, n'est pas de les étudier tous. J'entends privilégier une approche psychologique<sup>1</sup>, sans négliger cependant les liens qu'elle peut avoir avec d'autres perspectives (philosophique, anthropologique ou sociologique).

C'est donc essentiellement l'identité subjective qui est au centre de cette étude : la conscience de soi, ce que l'on appelle aujourd'hui le Soi (*self*) sous l'influence de la psychologie anglo-saxonne ; nous en avons évoqué quelques dimensions essentielles (rendues par des notions comme image ou représentation de soi, perception de soi, sentiment de soi, estime de soi<sup>2</sup>...). Il s'agit donc bien de traiter d'une *psychologie de l'identité*.

Je me propose d'en présenter les principales recherches, les différents courants théoriques et leurs apports fondamentaux à la problématique de l'identité. Cependant, comme je m'appuierai aussi sur mes propres travaux, il me faut préciser mes choix et orientations dans ce domaine.

Ils sont sous-tendus par une hypothèse fondamentale : celle que l'identité est un phénomène relationnel et qu'elle ne peut s'appréhender que replacée dans cette perspective. Comme G. Mead (1934) l'avait déjà établi, la conscience de soi est un produit des interactions sociales. Elle naît, se développe et évolue au sein des relations avec autrui. Mais autrui n'est pas seulement un protagoniste externe (modèle, objet d'attachement, d'amour ou de haine, partenaire, alter ego, rival...) ; il est constitutif de ma propre identité. Selon la formule de J.-P. Sartre (1943), je suis « un être qui implique l'être d'autrui

1. « Psychologique » est pris ici dans un sens large qui inclut aussi bien les apports de la psychologie clinique et génétique que ceux de la psychologie sociale ou de la psychanalyse.

2. Bien entendu, toutes ces notions ne sont pas équivalentes. Nous reviendrons sur ces questions de terminologie dans le chapitre 1 de la première partie.

3. Souvenons-nous de ce que Freud soulignait déjà dans *Psychologie collective et analyse du moi* : « L'opposition entre la psychologie individuelle et la psychologie sociale ou collective qui peut, à première vue, paraître très profonde, perd beaucoup de son acuité lorsqu'on l'examine de plus près. Sans doute, la première a pour objet l'individu et recherche les moyens dont il se sert et les voies qu'il suit pour obtenir la satisfaction de ses désirs et besoins, mais, dans cette recherche, elle ne réussit que rarement, et dans des cas tout à fait exceptionnels, à faire abstraction des rapports qui existent entre l'individu et ses semblables. C'est qu'autrui joue toujours dans la vie de l'individu le rôle d'un modèle, d'un objet, d'un associé ou d'un adversaire, et la psychologie individuelle se présente dès le début comme étant en même temps, par un certain côté, une psychologie sociale, dans le sens élargi, mais pleinement justifié, du mot » (1972, p. 83).

en son être ». Autrui est présent constamment à ma conscience et la traverse tout entière ; à la fois individu concret et présence indifférenciée et intériorisée de l'autre. C'est très souvent dans le regard d'autrui que je me perçois, m'évalue et me juge (comme le montre, par exemple, l'expérience de la honte).

Cependant, la relation constitutive de l'identité ne se limite pas au rapport duel soi-autrui ; ce rapport est surdéterminé par le contexte où il s'inscrit (par exemple, la relation de l'enfant à sa mère où se fondent les premières bases de son identité, est marquée par l'ensemble du contexte familial).

Le contexte n'est pas un simple cadre pour la relation ; il est porteur de normes, de valeurs, de rapports de places, de règles relationnelles qui la modèlent profondément. Ce contexte est le plus souvent « groupal » (la famille, la classe, le groupe de camarades, l'équipe professionnelle...). L'identité est donc le produit d'une relation triadique : soi-l'autre-le groupe. C'est en cela que mon approche peut être qualifiée de « systémique » : c'est-à-dire qu'elle analyse l'identité comme un produit des interactions sociales et des relations interpersonnelles, resituées dans un contexte institutionnel et groupal<sup>1</sup>.

Prenons un exemple : l'identité de l'enfant est, en majeure partie, la résultante du système familial ; ce système est constitué d'un réseau de relations (entre les différents membres de la famille) ; mais c'est aussi un système de places (influencé par la culture familiale, l'environnement social, les règles juridiques), un ensemble de règles relationnelles et de valeurs<sup>2</sup>.

En considérant l'identité comme un processus dynamique et relationnel, abordé dans une perspective systémique, j'ai été amené à utiliser et à promouvoir la notion de « stratégie identitaire ». Elle désigne l'ensemble des moyens psychologiques (mécanismes cognitifs et affectifs, conduites...) mis en œuvre par un sujet (de façon consciente et intentionnelle ou de façon non consciente) en vue d'obtenir la reconnaissance d'autrui, de garder et de présenter une image positive de lui-même, de préserver une cohérence identitaire.

La notion de stratégie identitaire permet de considérer l'identité moins comme un attribut figé (série de traits qui caractérisent un individu) qu'en tant que système coordonné de mécanismes psychologiques, visant certains objectifs et répondant à des besoins identitaires fondamentaux. Ces mécanismes sont à la fois intra-psychiques et interactionnels. Ils assurent la délimitation, la valorisation, la préservation et la défense du soi.

---

1. Sur l'approche systémique, cf. Marc et Picard, 2000a.

2. Dans telle famille, par exemple, il ne faut jamais faire des compliments à l'enfant parce que ça pourrait le rendre « fier » ; par contre, on ne lui ménage pas les critiques (ce qui n'est pas sans répercussions sur l'image de soi de l'enfant).

## Pour une démarche intégrative

Ayant défini l'objet de cette étude et la perspective qui est la mienne, il reste à préciser une question importante. Puisqu'il s'agit d'explorer la conscience de soi, l'identité subjective, comment allons-nous procéder ? Comment cerner ces phénomènes en grande partie invisibles ?

L'abord de la subjectivité pose, de fait, un difficile problème de méthode. Longtemps la psychologie, sous l'influence du béhaviorisme, a d'ailleurs préféré le contourner en se limitant à l'étude des comportements observables et en plaçant la « boîte noire » des phénomènes de conscience hors de son champ.

Cependant, la démarche clinique a bien dû les prendre en compte ; pour ce faire, elle s'est appuyée fortement sur les apports de la psychanalyse, la seule à proposer une métapsychologie cohérente et développée des processus psychiques. Mais il faut bien voir que la psychanalyse s'est centrée surtout sur les mécanismes inconscients, délaissant en grande partie les phénomènes de conscience. Depuis quelques décennies, le cognitivisme a réintroduit la conscience de soi dans le champ de la psychologie expérimentale ; mais il tend à la réifier et à la réduire à ses manifestations observables en laboratoire.

Pour toutes ces raisons, et sans négliger les apports de ces deux courants, il me semble nécessaire de suivre une autre voie : celle que propose la phénoménologie. Elle puise ses racines dans un courant philosophique très riche représenté notamment par Husserl, Jaspers, Heidegger, Sartre... Ce courant a nourri la « psychologie existentielle » (L. Binswanger, E. Fromm, A. Maslow, C. Rogers, R. Laing...) qui s'est affirmée comme une « troisième voie », à côté du béhaviorisme et de la psychanalyse. Elle s'est fixée pour objet la compréhension de l'expérience vécue, telle qu'elle est saisie par la conscience. La subjectivité, la conscience de soi sont donc au cœur de ses préoccupations<sup>1</sup>.

L'approche phénoménologique m'a semblé être la démarche première pour aborder l'identité subjective ; c'est sur elle qu'on peut s'appuyer pour explorer l'expérience vécue qu'en ont les sujets. Cela n'empêche nullement que ce premier niveau d'analyse soit ensuite repris dans une perspective systémique, confronté aux apports de la psychologie développementale, sociale ou cognitive ou soumis à l'interprétation psychanalytique. J'ai donc opté pour une démarche multi-référentielle et « intégrative » qui s'efforce d'articuler plusieurs points de vue théoriques et méthodologiques, en gardant à chacun sa spécificité.

---

1. Nous reviendrons plus précisément sur la phénoménologie et ses apports à l'étude de l'identité dans le chapitre 3 de la première partie.

Mais si ces réflexions précisent bien une orientation générale, elles ne disent pas comment procéder concrètement ni quelle méthode utiliser.

## L'expérience groupale

Délaissant les questionnaires, les échelles, les tests, l'expérimentation et même l'entretien qui, à mes yeux, déforment tous l'expérience vécue en voulant l'objectiver et la formaliser, j'ai préféré recourir à un cadre original : celui de l'expérience groupale que permet le dispositif des groupes d'évolution<sup>1</sup>. Ce cadre peut apparaître comme une situation intermédiaire entre la vie quotidienne et le laboratoire. De ce dernier, il retient une certaine standardisation de la situation qui favorise une focalisation sur l'expérience vécue, sur les relations et les processus de groupe ; la situation « du petit groupe centré sur lui-même », comme on l'a souvent observé, mobilise fortement la conscience de soi et permet sa verbalisation.

Mais cette expérience se rapproche aussi de la vie quotidienne, car, même si le cadre est construit, les relations qui s'y déroulent et les expériences qu'elles suscitent sont spontanées et authentiques. Comme Rogers l'avait remarqué à partir de sa pratique, « dans un groupe de ce genre, l'individu en vient à se connaître lui-même et à connaître les autres plus complètement que cela ne lui est généralement possible dans ses relations sociales ou professionnelles » (Rogers, 1973, p. 9).

L'expérience des groupes d'évolution permet de faire converger plusieurs outils méthodologiques :

- l'observation des comportements, et notamment des places et rôles, adoptés par les participants, qui sont l'expression de leur « identité situationnelle »<sup>2</sup> ;
- la verbalisation de leur vécu immédiat, et notamment de tout ce qui a trait à la perception d'eux-mêmes face aux autres ;
- la reprise réflexive de ce vécu à travers une activité de « métacommunication », c'est-à-dire une communication sur l'expérience vécue et la conscience de soi qu'elle suscite ;
- une observation directe des stratégies identitaires adoptées par chacun, que l'on peut déduire des attitudes et comportements verbaux et non verbaux.

---

1. Je désigne par cette expression une pratique groupale orientée vers la formation ou le développement personnel et qui, selon ses visées et ses caractéristiques, a pu prendre la dénomination de « *training-group* » (K. Lewin), de « groupe de rencontre » (C. Rogers), de « groupe de développement personnel » (courant de la psychologie humaniste), de « groupe de diagnostic » (D. Anzieu)... Je reviendrai sur ce point dans l'introduction à la deuxième partie.

2. L'identité situationnelle est celle qui se manifeste dans une situation donnée et en relation avec elle.

Ainsi, l'expérience groupale offre un matériel très riche que l'on peut appréhender par plusieurs moyens méthodologiques. Instaurant pour chacun une interaction entre soi, les autres et le groupe, elle reproduit, en quelque sorte, le cadre dans lequel les processus identitaires se déploient naturellement. Elle s'est révélée pour moi comme une situation privilégiée pour saisir sur le vif et analyser les différentes manifestations de la problématique identitaire et du soi.

Mais, à l'inverse, cette problématique constitue une « voie royale » pour comprendre les relations interpersonnelles et les phénomènes de groupe. Dans ce sens, cet ouvrage peut être lu aussi comme une étude sur le groupe d'évolution et les processus interactionnels qui s'y développent.

## Itinéraire

L'ouvrage présente une structure « classique » allant de l'exposé d'un point conceptuel et théorique (première partie) à la présentation d'expériences empiriques qui permettent d'aborder et d'élaborer concrètement la problématique de l'identité (deuxième et troisième parties).

Cependant, cet « itinéraire de lecture » n'est pas contraignant. Il est possible, tout aussi bien, de partir de l'expérience empirique pour déboucher ensuite sur une réflexion plus abstraite et théorisante. Au fond, chaque lecteur peut construire son propre parcours en fonction de ses préférences : soit suivre l'ordre proposé, soit commencer à la deuxième partie pour terminer par la première.

La première partie soulève donc des questions de terminologie, de définitions et d'orientations théoriques. Dans un domaine déjà ancien où l'on trouve une très grande multiplicité et variété de travaux, je me suis efforcé surtout d'offrir au lecteur une sorte de « table d'orientation » lui permettant d'y voir plus clair, tant au niveau des notions utilisées que de celui des différentes approches méthodologiques et théoriques inventoriées.

Néanmoins, après avoir souligné la diversité des tendances, j'ai voulu proposer une vision plus intégrée en adoptant un point de vue génétique et en récapitulant les principales étapes et les principaux mécanismes qui interviennent dans la construction de l'identité et la conscience de soi.

Enfin, j'ai précisé mes propres options et orientations à partir d'un examen critique du concept d'identité.

Dans une deuxième partie, j'essaierai de montrer, à travers l'expérience groupale, comment interfèrent les dimensions individuelles et collectives, personnelles et sociales, publiques et intimes de l'identité.

En effet, la situation de « groupe centré sur le groupe », en proposant un cadre qui rompt avec les repères et rituels sociaux habituels, déploie une

forme d'espace potentiel où peuvent s'observer et se saisir à l'état naissant les interactions complexes entre l'individuel et le groupal.

Face à ce qui est ressenti comme une menace pour leur identité et leur autonomie, les participants répondent par des mécanismes de défense qui ont une dimension personnelle mais aussi collective. Ces mécanismes sont les composantes de « stratégies identitaires » par lesquelles les sujets tendent à rétablir, pour eux et pour les autres, une image consistante d'eux-mêmes.

Mais si le groupe est perçu au départ comme une entrave à l'affirmation de soi et à l'individuation, il répond aussi à des besoins profonds qui contribuent à asseoir le sentiment d'identité : besoin de relations, besoin d'appartenance et de visibilité sociale, besoin de dépendance et de conformité. À un premier niveau, l'individu tend à se définir par opposition au groupe ; cependant, à un niveau plus inconscient, il existe tout un faisceau d'analogies, de correspondances et d'étayages mutuels entre l'identité personnelle et la groupalité. Le groupe comme totalité constitue un objet d'identification sur lequel l'individu peut appuyer son identité, phénomène qui éclaire à la fois les caractéristiques de la conscience de soi et les processus groupaux.

L'identité oppose et articule donc, dans une même dynamique, le personnel et le social, l'image que l'on a de soi et celle qu'on offre à autrui, le dedans et le dehors. Une frontière, fondatrice de l'individualité, sépare et fait communiquer en même temps l'intérieur et l'extérieur, la personne intime et le personnage social.

Chacun cherche aussi dans la rencontre et la communication avec autrui à produire et à faire reconnaître une certaine image de lui-même ; mais en même temps, il existe toujours un décalage et une tension entre la perception que le sujet a de lui et celle qui lui est renvoyée par autrui. C'est là une des dimensions significatives de la dynamique relationnelle. D'autre part, la perception de soi n'est pas sans lien avec la façon de percevoir les autres : on peut déceler entre l'image de soi et l'image que l'on se fait d'autrui tout un jeu subtil d'influences réciproques.

Dans une troisième partie, je montrerai comment la quête d'identité se révèle être une des motivations et un des enjeux fondamentaux de la communication ; et comment l'interaction avec autrui affecte et module notre sentiment d'identité.

En effet, en dehors de ses aspects opératoires, la communication apparaît motivée profondément par une demande de reconnaissance ; les interlocuteurs y recherchent une définition de leurs places et de leur relation et une confirmation de l'image d'eux-mêmes qu'ils souhaitent voir reconnaître et entériner par autrui.

La prise de parole qui fonde la communication constitue en elle-même une forme d'affirmation et d'expression de soi ; si elle représente dans l'expérience groupale un enjeu important, c'est qu'elle est vécue comme la manifestation du sujet : il y a un lien d'identification entre le locuteur et sa

parole perçue imaginativement comme la métaphore ou le prolongement de lui-même.

Enfin, l'interaction avec autrui apparaît animée par un mouvement constant de recherche de similitude et de désir de différenciation. L'identification, qui est l'un des aspects de la quête du semblable, sous-tend l'identité ; mais tout aussi importante est l'aspiration à la distinction, composante nécessaire du sentiment d'individuation.

Pour conclure, nous nous interrogerons sur les effets induits par l'expérience groupale sur la conscience de soi des participants.



*Première partie*

# À LA RECHERCHE DE L'IDENTITÉ



Dans la première partie de notre étude, nous allons essayer de mieux cerner la notion d'identité et de passer en revue les principales théorisations auxquelles elle a donné lieu dans le champ de la psychologie (même si nous ne nous interdisons pas quelques incursions dans d'autres disciplines, comme l'anthropologie culturelle ou la philosophie).

Cette exploration doit permettre au lecteur de se familiariser avec ce domaine, de se repérer dans les différents courants théoriques qui l'ont traversé et de mieux situer l'orientation de mes propres recherches.

Dans un premier temps, nous nous pencherons sur les conceptualisations diverses de l'identité et du soi, sur les questions terminologiques qu'elles soulèvent et sur les approches théoriques qu'elles ont suscitées (chap. 1).

Dans un deuxième temps (chap. 2), nous nous efforcerons de ressaisir les processus identitaires dans une perspective génétique. Car la conscience de soi est une construction progressive, comme l'a montré, l'un des premiers, le psychologue Henri Wallon :

La conscience de soi n'est pas essentielle et primitive [...]. Elle est un produit déjà très différencié de l'activité psychique. C'est seulement à partir de trois ans que l'enfant commence à se conduire et à se connaître en sujet distinct d'autrui. Et pour qu'il arrive à s'analyser, à chercher les formules à l'aide desquelles il tentera d'exprimer son individualité subjective, il lui faut subir une évolution qui le mène jusqu'à l'adolescence ou à l'âge adulte, et dont les degrés et les formes varient considérablement d'une époque à l'autre (Wallon, 1949).

Ce parcours nous permettra enfin de revenir sur le concept d'identité et de le réaborder de façon critique. Nous interrogerons notamment certains modèles de la psychologie cognitive à la lumière de la phénoménologie. À partir de ce travail critique, je proposerai une conception « systémique » et « intégrative » du concept d'identité, conception que je développerai dans le reste de l'ouvrage à partir d'un matériel empirique (chap. 3).



# 1 QU'EST-CE QUE L'IDENTITÉ ?

---

La notion d'identité peut sembler à première vue une notion simple qui va de soi, revêtant une sorte d'évidence. Elle renvoie à la conscience immédiate qu'a chacun d'être soi à travers l'écoulement du temps et la diversité des situations. Déjà Descartes soulignait que la seule certitude sur laquelle nous pouvons nous appuyer est celle de notre propre existence.

## 1.1 Une notion paradoxale

Cependant, cette notion apparaît à l'examen beaucoup plus complexe, voire même contradictoire. Elle nous plonge tout de suite au cœur d'un paradoxe ; le champ sémantique du terme présente en effet deux significations pratiquement opposées. D'une part, l'identité désigne le caractère de ce qui est unique et donc qui distingue chacun et le différencie irréductiblement des autres. D'autre part, elle signifie la similitude parfaite entre des objets distincts ; dans ce cas, l'identité est donc le fait d'être semblable à d'autres. L'identité se propose ainsi, au niveau même de sa définition, dans le paradoxe d'être à la fois ce qui rend semblable et différent, unique et pareil aux autres. Elle oscille donc entre l'altérité radicale et la similarité totale. Le dictionnaire montre aussi qu'elle est en dernière instance un effet d'énonciation ; car la relation d'identité peut se ramener à cette formule : « Ce qui est, est ; ce qui n'est pas, n'est pas<sup>1</sup> » ; l'identité naît donc d'abord de l'affirmation qui la pose.

---

1. D'après le dictionnaire *Robert*.

Il est intéressant de constater que le paradoxe sémantique que l'on vient de souligner se retrouve pratiquement dans tous les autres termes qui entretiennent avec l'identité une proximité de signification. Le dictionnaire définit encore l'identité comme « le fait pour une personne d'être tel individu » ; or « personne » a aussi un sens contradictoire : c'est à la fois quelqu'un, un être humain, et personne, c'est-à-dire aucun être humain. *Individu* renferme aussi une certaine ambiguïté : il est, par son étymologie, à la fois « chaque être considéré isolément » comme unique (du latin *individuum* « corps indivisible ») et l'exemplaire d'une série, le spécimen d'une espèce possédant des traits communs avec l'ensemble des membres de cette espèce.

Ces exemples montrent que le statut paradoxal de l'identité au niveau sémantique n'est pas un simple trait anecdotique mais se retrouve pour les autres termes ayant une valeur synonymique et revêt donc une signification profonde. Il s'agit bien, à mon sens, d'un paradoxe et non d'une simple contradiction ; c'est-à-dire que les deux sens ne fonctionnent pas selon le principe de l'exclusion (ou l'un ou l'autre) mais qu'ils se présentent concurremment (et l'un et l'autre) et que, fondamentalement, la signification reste indécidable.

On peut poser l'hypothèse que l'identité ne se soutient que dans cette oscillation et qu'il importe que le paradoxe ne soit pas résolu<sup>1</sup>. Sinon, c'est la bascule dans l'un des termes de la contradiction : l'unicité autistique ou l'indifférenciation uniformisante du fusionnel qui signent l'une et l'autre la perte de l'identité.

Cela vaut aussi pour l'identité collective. D'un côté, surgit la menace d'un corps social morcelé, où les clivages et les particularismes sapent l'image du lien social et d'une totalité intégrée ; de l'autre, c'est la dissolution dans l'homogène, le spectre de la « massification » (dans lequel le moi individuel est noyé).

C'est donc au sein même de l'identité qu'une tension et une dialectique s'instaurent entre le même et l'autre, l'un et le multiple, la similitude et la différence. Et c'est encore Descartes qui notait :

Nous sommes tous de lopins et d'une contexture si informe et diverse que chaque pièce, chaque moment fait son jeu. Et ce trouve autant de différence de nous à nous-mêmes, que de nous à autrui<sup>2</sup>.

---

1. En référence notamment au caractère paradoxal de l'objet transitionnel chez Winnicott, référence sur laquelle je reviendrai un peu plus loin.

2. Cité par Malrieu, 1980, p. 40.

## 1.2 Premières recherches

Le soi<sup>1</sup> et l'identité sont des thèmes très anciens de la psychologie. S'ils ont surtout été élaborés par divers courants de la psychanalyse (Freud, Jung, Schilder, Winnicott, Spitz, Erikson, Kohut...) (cf. Marc, 1998), ils ont aussi été étudiés dès la fin du XIX<sup>e</sup> siècle (à la suite des travaux de W. James) par des psychologues qui ont cherché à montrer la dimension sociale et culturelle de la conscience de soi (Baldwin, Cooley, Mead...). Mais peu à peu, dans la première moitié du XX<sup>e</sup> siècle, le béhaviorisme triomphant a étouffé ce champ d'étude et la psychologie qu'il a inspirée, portant le discrédit sur les phénomènes de conscience, s'est détournée de ce thème estimé non scientifique.

En Europe cependant, et notamment en France, tout un courant de la psychologie génétique et sociale a continué de s'intéresser aux questions de l'identité et de la construction du soi (H. Wallon, R. Zazzo, P. Tap, C. Camilleri...). Ce champ de recherche a trouvé un regain d'intérêt à travers l'essor de la psychologie interculturelle et du cognitivisme qui a réintroduit la problématique du soi dans la psychologie expérimentale. De ce fait, cette problématique constitue aujourd'hui un thème central en psychologie auquel toutes les sous-disciplines apportent leurs contributions.

On s'accorde sur le fait que, pour la période contemporaine, c'est le psychanalyste Erik K. Erikson qui, dans les années soixante, a donné à la notion d'identité une élaboration rigoureuse. Il est intéressant de noter qu'il l'a utilisée au départ pour cerner une certaine forme de pathologie (la « confusion d'identité »), ou pour rendre compte de la « crise » traversée par certains adolescents. Il faut souligner aussi que, d'emblée, il a placé l'étude de l'identité dans une démarche « multiréférentielle », faisant converger les points de vue de la psychanalyse, de la psychologie sociale et de l'anthropologie culturelle.

### 1.2.1 Les travaux fondateurs d'Erikson

Le terme d'identité renvoie, pour lui, au « sentiment subjectif et tonique d'une unité personnelle (*sameness*) et d'une continuité temporelle (*continuity*) » (1972, p. 13). Ce sentiment est le résultat d'un double processus qui opère en même temps « au cœur de l'individu ainsi qu'au cœur de la culture de sa communauté » ; ce processus, il le résume de la manière suivante :

1. La notion de soi est d'un usage relativement récent en français ; elle correspond à la notion de *Self* qui désigne dans la psychologie anglo-saxonne la conscience qu'un sujet a de lui-même, de son individualité et, notamment, la conscience d'être la même personne dans l'espace et le temps ; c'est ce qu'on a désigné très longtemps en français par la notion d'identité.

En termes de psychologie, la formation de l'identité met en jeu un processus de réflexion et d'observations simultanées, processus actif à tous les niveaux de fonctionnement mental, par lequel l'individu se juge lui-même à la lumière de ce qu'il découvre être la façon dont les autres le jugent par comparaison avec eux-mêmes et par l'intermédiaire d'une typologie, à leurs yeux significative ; en même temps, il juge leur façon de le juger, lui, à la lumière de sa façon personnelle de se percevoir lui-même, par comparaison avec eux et avec les types qui, à ses yeux, sont revêtus de prestige. Heureusement et nécessairement, ce processus est en majeure partie inconscient, à l'exception des cas où des conditions internes et des circonstances externes se combinent pour renforcer une conscience d'identité douloureuse ou exaltée (1972, p. 17).

Cette description, volontairement complexe, cherche à mettre en lumière l'interaction étroite entre l'identité pour soi et l'identité pour autrui, l'appréciation personnelle et la comparaison sociale, les idéaux individuels et les modèles culturels, les processus conscients et inconscients.

Erikson ajoute que ce processus est toujours sujet à transformation et évolution et se développe dans une intrication intime entre le psychologique et le social. C'est pourquoi les notions de la psychologie individuelle (comme celles de « conception de soi », d'« image de soi », d'« estime de soi »...) ou celles de la psychologie sociale (comme celles de « rôle » ou d'« attitude »...) lui semblent insuffisantes pour en rendre compte ; elles ne traduisent pas assez sa nature interactive et dynamique.

De même pense-t-il que la psychanalyse ne peut saisir parfaitement le concept d'identité faute de notion adéquate pour appréhender sa dimension psychosociale (celle d'un environnement humain qui est à la fois extérieur et intérieur au sujet). Mais elle permet d'éclairer ses aspects inconscients et notamment la persistance en son sein de « prototypes » (résultant des identifications de l'enfance) qui s'ancrent à la fois dans les modèles idéaux proposés par la culture et dans les figures imaginaires où s'investissent les pulsions libidinales et narcissiques (et tout spécialement les représentations inconscientes de la virilité et de la féminité). Ainsi, l'identité s'étaye à la fois sur des modèles culturels et sur l'imaginaire du corps pulsionnel : « Ce que l'on peut appeler l'espace-temps du moi individuel conserve ainsi la topologie sociale de son entourage infantile de la même façon que les contours de son image corporelle » (p. 56), comme Erikson l'établit à partir de nombreux cas cliniques ; il montre, par exemple, que les dominés, les opprimés et les exclus (que ce soit socialement ou psychologiquement) ont tendance à intérioriser inconsciemment l'image négative que les dominants leur renvoient et donc à se percevoir à travers cette image.

### 1.2.2 *Un processus évolutif*

Le sentiment d'identité résulte d'un processus évolutif qui s'origine tout spécialement dans l'enfance ; ce processus ne se fait pas sans crises ni

ruptures. Car, pour arriver à un sentiment de plénitude et d'équilibre, l'enfant doit s'adapter constamment à des transformations qui interviennent sur le plan de la croissance biologique, de la maturation génitale et de la socialisation :

Pour faire l'expérience d'une pareille plénitude, le jeune doit sentir une continuité progressive entre ce qu'il est parvenu à être au long de ses années d'enfance et ce qu'il promet de devenir dans un avenir anticipé ; entre ce qu'il pense être lui-même et ce qu'il observe que les autres voient en lui et attendent de lui (Erikson, 1972, p. 83).

L'identité n'est pas simplement la somme des identifications passées : l'adolescence est aussi une période de rupture où le jeune abandonne certaines identifications pour en choisir de nouvelles (à des camarades, des figures socialement valorisées, des modèles incarnant ses aspirations...). « Cette identité, toutefois, dépend de l'appui que prête au jeune individu le sentiment collectif d'identité qui caractérise les groupes sociaux auxquels il appartient : sa classe, sa nation, sa culture » (p. 85). La façon dont l'individu s'identifie aux autres rencontre avec plus ou moins de correspondance la façon dont la collectivité va l'identifier et lui proposer une définition de lui-même, en fonction de ses caractéristiques personnelles, de sa famille, de ses groupes d'appartenance...

Enfin, le terme d'identité renvoie chez Erikson tantôt à « un sentiment conscient de spécificité individuelle, tantôt à un effort inconscient tendant à établir la continuité de l'expérience vécue et pour finir la solidarité de l'individu avec les idéaux d'un groupe » (p. 209). Le sentiment d'identité oscille donc entre un pôle représenté par l'idéal du moi et le surmoi, marquant l'intériorisation des modèles sociaux, et un pôle traduisant la perception que le sujet a de lui-même dans son engagement au sein d'une réalité sociale mouvante (ce qu'il désigne du terme d'identité du moi). E. Erikson s'efforce ainsi d'opérer une clarification terminologique ; il met en garde contre le fait de transformer des effets de langage (« Je », le « moi », le « soi ») en réalité substantielle. Pour lui « le « Je » n'est rien moins qu'une assurance verbale suivant laquelle je sens que je suis le centre de la conscience d'un univers d'expérience où j'ai une identité cohérente, et que je suis en possession de tous mes esprits et capable de dire ce que je vois et ce que je pense » (p. 222). Le sentiment d'identité est donc le corollaire du « Je ». La perception qu'a le « Je » de son corps, de sa personnalité, des différents rôles qu'il est amené à jouer « constitue les divers soi qui entrent dans la composition de notre soi » (la notion de soi rejoint donc ici celles de « perception de soi », « sentiment de soi », « image de soi »). Quant au moi, Erikson pense qu'il faut lui réserver le sens, élaboré par la psychanalyse d'« instance interne cautionnant une existence cohérente en filtrant et en synthétisant, dans la série des instants, toutes les impressions, les émotions, les souvenirs et les impulsions qui essaient de pénétrer dans notre pensée et réclament

notre activité et qui nous mettraient en pièces s'ils n'étaient pas triés et contrôlés par un système de protection progressivement établi et constamment en éveil » (p. 219).

Cependant, il défend l'idée qu'un point de vue psychosocial doit se surajouter au point de vue psychanalytique.

### 1.2.3 *Identité du moi/identité du soi*

Le moi n'est pas une entité isolée confrontée à un « environnement » extérieur. Comme G. Mead l'avait déjà souligné, le moi ne se constitue qu'au sein des interactions sociales : « Tout en gardant son individualité, le moi en état de fonctionnement est loin d'être isolé car une espèce de communauté lie tous les moi dans une activité réciproque » (1934, p. 226). Ainsi l'identité résulte à la fois du soi et du moi, de la conscience et de la perception de soi et du moi agissant en interaction avec autrui.

L'identité du moi résulte de la fonction de synthèse du moi confronté aux normes, aux valeurs, aux modèles sociaux ; l'identité du soi se rapporte à l'image du corps, à l'idéal du moi et aux images de soi liées aux différents rôles :

On peut donc parler de l'identité du moi quand on discute du pouvoir synthétique du moi à la lumière de sa fonction psychosociale centrale – et de l'identité de soi quand l'objet de la discussion porte sur l'intégration des images de soi et des images de rôle chez l'individu (*id.*, p. 213).

Si cette distinction n'est pas toujours parfaitement opératoire, elle a le mérite de souligner que le concept d'identité renvoie à plusieurs phénomènes et plusieurs dimensions de la conscience de soi et ne peut être ramené à une entité unique.

L'intérêt de la réflexion d'Erikson sur l'identité est d'avoir proposé d'abord toute une série de points de vue et de thèmes (la psychopathologie de l'identité, les dimensions conscientes et inconscientes, la crise de l'adolescence, les fonctions de l'identité ethnique, les aspects interculturels, l'influence des contextes sociaux, etc.) qui ont été abordés et développés par la suite par de nombreux chercheurs. Il est aussi de les avoir organisés dans une conception globale et cohérente, cherchant notamment à articuler étroitement les dimensions psychologiques et sociales. Ce souci de totalisation n'a pas toujours caractérisé les recherches ultérieures et c'est une des raisons qui font qu'elles présentent une physionomie quelque peu foisonnante et disparate. C'est pourquoi il n'est pas très aisé de donner une présentation cohérente de l'ensemble des travaux sur l'identité.

## 1.3 Concepts et méthodes

Leur diversité même et leur multiplicité rendent malaisée une telle recension<sup>1</sup>. Néanmoins j'évoquerai certaines orientations significatives de ces travaux.

La difficulté d'une telle entreprise tient notamment à deux facteurs. Le premier est le caractère hétérogène, tant au point de vue disciplinaire que méthodologique des recherches sur l'identité. Certaines relèvent de la psychologie génétique ou différentielle, d'autres de la psychologie sociale, de la psychanalyse ou de l'anthropologie culturelle ; les unes s'inscrivent dans une démarche clinique, les autres dans des approches phénoménologiques ou expérimentales.

### 1.3.1 Questions terminologiques

Une seconde difficulté tient à la diversité terminologique : les recherches sur l'identité se situent dans un courant déjà ancien portant sur la conscience de soi (James, Baldwin, Cooley, Mead...). Mais ces deux notions sont-elles équivalentes ? La conscience de soi recouvre tous les contenus de conscience qui portent sur la personne propre ; ces contenus sont infiniment variés et changent à chaque instant ; l'identité tend à désigner dans ce jeu mouvant les éléments les plus stables, les plus intégrés et les plus constants de la conscience de soi. D'autre part, étant donné que la perception de soi est sélective, que certains contenus peuvent être non conscients, refoulés ou déformés par les mécanismes de défense, l'identité comporte des dimensions inconscientes (sur lesquelles la psychanalyse a notamment mis l'accent) qui échappent, par définition, à la notion de conscience de soi.

Les recherches anglo-saxonnes et américaines utilisent très souvent les notions de « soi » (*self*) ou de « concept de soi » (*self-concept*). Sans descendre dans la diversité et les nuances terminologiques, on peut dire que le soi désigne une configuration organisée des perceptions de soi (l'un des premiers à utiliser cette notion, W. James (1890), a défini le soi comme « la somme totale de tout ce que l'individu peut appeler sien »). Le soi (*self*) se distingue du moi (*ego*) en ce qu'il recouvre les aspects spécifiquement auto-perceptuels (la façon dont l'individu se perçoit lui-même et les sentiments associés à ces perceptions, correspondant assez bien au *phenomenal self* de

1. On peut trouver un reflet assez riche des travaux européens sur l'identité dans les deux volumes publiés sous la direction de P. Tap, *Identités collectives et changements sociaux* et *Identité individuelle et personnalisation* (1980a et b). Les recherches américaines sont présentées notamment dans l'ouvrage de R. L'Écuyer, *Le concept de soi* (1978) ; les recherches expérimentales dans la thèse de J.-P. Codol, *Semblables et différents* (1979). Certains travaux plus récents sont mentionnés dans P. Tap, *La Société Pygmalion ?* (1988) et Camilleri et al., *Stratégies identitaires* (1990).

C. Rogers) ; alors que le moi réfère aux fonctions cognitives, actives et adaptatives de la personnalité, tournées vers la réalité (L'Écuyer, 1978, p. 19-26).

Le *concept de soi* désigne la vision globale de soi (comme individualité intégrée, cohérente et stable) transcendant les contenus expérientiels et événementiels de la conscience de soi. Cependant l'inconvénient de cette expression est, par ces connotations, de sembler mettre l'accent sur les aspects strictement cognitifs (voire rationnels ou même abstraits) de l'identité ; dans ce sens, elle a le même caractère restrictif que la notion de « représentation de soi » ou de *self-schema* ; par rapport à la notion proche d'« image de soi », elle entend signifier la tendance à l'organisation, à la stabilité et à la cohérence de la représentation de soi.

La notion de « concept de soi » risque donc de laisser échapper à la fois les dimensions inconscientes (que l'on a déjà évoquées) et les dimensions affectives de l'identité : ces sensations, sentiments et impressions diffuses de soi qui ne se traduisent pas nécessairement par des représentations claires (et qui correspondent à la notion d'*experiencing* de la psychologie existentielle anglo-saxonne développée notamment par C. Rogers). D'ailleurs certains auteurs (E. Gendlin, D. Super) distinguent même explicitement les « perceptions de soi » (*self-percepts*) faites de ces sensations primaires brutes et les « concepts de soi » (*self-concepts*), représentations secondarisées impliquant des généralisations relativement stables et organisées.

La dimension affective de l'identité est souvent rendue par l'expression de « sentiment de soi » (*self-feeling*) qui recouvre notamment les notions d'« estime de soi », de « valeur » ou « valorisation de soi », d'« affirmation de soi »...

On saisit, à travers cette diversité terminologique, toute la complexité notionnelle qu'elle implique, complexité qui reflète à la fois des traditions culturelles différentes (notamment entre les terminologies anglaise et française) et des orientations méthodologiques spécifiques (le courant expérimental, pour schématiser les choses, étant centré davantage sur les dimensions et notions cognitives et le courant clinique sur les aspects affectifs et inconscients).

Si, dans cette variété, j'ai plutôt choisi de privilégier le terme d'« identité » c'est qu'à la fois il désigne bien le phénomène visé, qu'il ne préjuge pas de ses dimensions constitutives (sentiments de soi, représentations et image de soi, concept de soi, estime de soi, etc.) et qu'il se propose comme notion englobante.

### 1.3.2 Comment saisir la subjectivité ?

La problématique de l'identité subjective soulève pour le chercheur qui souhaite l'explorer plusieurs difficultés. Celles-ci ne tiennent pas, pour l'essentiel, à une question de définition du concept sur laquelle on a peut-être

trop mis l'accent. Même s'il y a certaines différences, voire quelques divergences dans la terminologie et les définitions proposées, elles sont relativement consonantes sur les points centraux. En tout cas, la nature du phénomène qu'elles entendent cerner est assez précise (la perception qu'un sujet a de lui-même et de son individualité) même si son contenu se révèle particulièrement complexe à saisir. En fait, le problème est moins celui de la délimitation de l'objet que des moyens de l'appréhender et de le formaliser. Les difficultés essentielles se situent donc au niveau des méthodes et des outils d'analyse.

Longtemps la psychologie, dans un souci de scientificité, s'est construite sur la mise entre parenthèses de la subjectivité (considérée comme une « boîte noire ») et la prise en compte dominante des comportements observables. Bien sûr la clinique ne pouvait éviter d'y être confrontée mais elle s'efforçait de l'aborder dans une posture de neutralité, de distance et d'objectivation.

Mais, dans la période contemporaine, l'intérêt porté aux mécanismes cognitifs a contribué à réintroduire la subjectivité dans le champ de la recherche psychologique. Or la subjectivité implique des questions de sens et de valeur. Dans l'appréhension des phénomènes humains et sociaux, les individus ne réagissent pas directement à des comportements mais plutôt à la signification cognitive et affective qu'ils confèrent à ces comportements et qui constitue leur perception subjective de la réalité (le sens n'est ni dans les objets ni dans le sujet mais dans la relation subjective qui se noue entre le sujet et l'objet). Et c'est l'univers subjectif de chaque individu qui constitue pour lui la réalité. La conscience qu'il a de lui-même est le facteur central qui oriente ses comportements et ses relations avec autrui (ainsi, quelqu'un qui manque de confiance en lui, peut percevoir le monde social comme dangereux, ce qui entraîne une attitude de retrait et un comportement peu assuré). Cependant, cette conscience est en interaction constante avec son contexte, et notamment avec autrui ; ces interactions influent sur la façon dont le sujet se perçoit car elles lui renvoient une certaine image de lui-même. Ainsi la subjectivité est intrinsèquement liée à l'intersubjectivité.

L'expérience subjective et intersubjective a surtout été explorée par la philosophie et tout spécialement par le courant phénoménologique. Mais c'est un champ que la psychologie peut, elle aussi, investir comme le montrent les travaux de C. Rogers, de H. Searles, de G. Devereux, d'E. Goffman ou de R. Laing... Ce dernier notamment a élaboré une « phénoménologie sociale » dont il s'est efforcé de théoriser et de formaliser la démarche (Laing, 1969).

Il distingue deux types de données sur les phénomènes humains : d'une part les *comportements* que l'on peut observer ; et d'autre part ce que les personnes qui y sont impliquées éprouvent et ressentent en elles, leur vécu subjectif, qu'il désigne par la notion d'*expérience*. Je peux voir les compor-

tements des autres ; ces comportements sont des objets de mon expérience ; mais l'expérience d'autrui m'est invisible. Or si mon comportement est influencé par le comportement d'autrui, il n'est pas une réponse directe à ce comportement mais résulte de l'expérience que j'ai de son comportement ; comme lui-même réagit à l'expérience qu'il a de mon comportement : « Le rôle de la phénoménologie sociale est de rattacher mon expérience du comportement d'autrui à l'expérience que fait autrui de mon comportement. Son but est d'étudier la relation entre expérience et expérience ; son véritable terrain est l'inter-expérience » (1969, p. 17) ; on pourrait aussi bien d'ailleurs dire l'intersubjectivité.

Ainsi Laing part de deux constats : le fait que le comportement est une fonction de l'expérience et que cette expérience est invisible à autrui. Le fait que les significations que j'attribue aux comportements des autres font partie de mon expérience et non de l'expérience d'autrui ou de sa réalité : « Les inférences que l'on fait concernant l'expérience de l'autre à partir des perceptions réelles et immédiates qu'on a de ses actes font partie de la catégorie des actes d'attribution » (1971, p. 31). Mais le plus souvent, nous ignorons cet aspect et nous croyons que notre perception d'autrui est la réalité d'autrui.

Une hypothèse que l'on peut tirer de cette perspective est que le contexte le plus pertinent pour approcher l'identité subjective est celui de l'intersubjectivité qui naît des interactions sociales.

### 1.3.3 *La multiplicité des démarches*

Comment saisir et traduire cependant le vécu subjectif ? La réponse que l'on peut apporter à cette question semble, dans un premier temps au moins, évidente : en le faisant s'exprimer, en laissant le sujet témoigner de son propre sentiment d'identité. Cela peut se faire à travers une démarche d'entretien, à travers un questionnaire, à travers les réponses à un test comme le « Qui suis-je<sup>1</sup> ? », ou à partir d'une liste d'adjectifs ou de réactions à une série de phrases types, etc. Toutes ces démarches sont loin d'être équivalentes mais elles reposent toutes sur l'hypothèse que le sujet est le mieux à même de décrire la façon dont il se perçoit. Cependant, si cette hypothèse semble de prime abord recevable, l'outil utilisé dans ce but est loin d'être neutre ; plus cet outil est structuré et préformé (questionnaire, liste d'adjectifs ou de phrases), plus il risque d'induire et d'orienter les réponses dont il n'est pas sûr alors qu'elles reflètent fidèlement la subjectivité spontanée du sujet.

La technique la moins inductrice serait, de ce point de vue, l'entretien de style non directif. S'il a été relativement peu employé dans ce domaine, c'est qu'il se prête moins bien qu'un test ou un questionnaire à un traitement stan-

---

1. Dans ce test, le sujet est invité à apporter une dizaine ou une vingtaine de réponses différentes à cette même question.

dardisé, comparatif et quantifié des réponses. D'autre part, l'entretien a lui aussi ses limites : les unes sont dues à la situation de communication et au fait que la seule présence de l'interviewer peut entraîner une sélection et une modification du discours de l'interviewé ; de plus, ce discours risque de n'exprimer que la part la plus rationalisée de la subjectivité du sujet.

D'autres critiques sont adressées aux techniques auto-descriptives. On sait que l'individu peut ignorer ou dénier une part de ses attitudes, représentations et sentiments ; que ses perceptions sont influencées par des mécanismes de défense et que le *soi phénoménal* n'est que l'un des aspects de l'identité. On retrouve là certaines des critiques classiques quant à la portée de l'introspection dans la connaissance de soi.

C'est par rapport aux limites des démarches introspectives que la psychanalyse peut apporter un mode d'approche et une compréhension irremplaçables en permettant l'accès aux dimensions préconscientes et inconscientes de l'identité. Elle aussi s'appuie sur la libre verbalisation des contenus de la conscience du sujet, mais cette verbalisation est le point de départ d'un travail associatif, interprétatif et métacommunicationnel, ramenant le discours manifeste du sujet à ses significations latentes. Elle le replace aussi dans le contexte de la relation intersubjective entre l'analyste et le patient, relation marquée par le transfert et les résistances qui traduisent l'actualisation dans le cadre analytique des mécanismes de défense. C'est pourquoi la démarche psychanalytique peut fournir un matériel très riche pour la compréhension de la conscience de soi et de l'identité subjective. Mais si elle permet l'émergence des phénomènes inconscients, elle tend à ignorer par là même les dimensions plus socialisées de l'identité, celles qui relèvent de la conscience et des processus cognitifs secondaires. De plus, elle travaille d'abord dans le champ de la pathologie, ce qui peut constituer un biais pour la compréhension des phénomènes qui relèvent de la « normalité ». Au fond, la démarche psychanalytique permet de combler certaines lacunes des techniques introspectives, mais la réciproque est aussi pertinente ; il y a donc une complémentarité possible entre les approches phénoménologiques et psychanalytiques.

Cependant on peut faire le reproche à ces deux démarches d'accorder trop d'importance à l'appréciation subjective : celle du sujet d'abord (qui ne reflète pas toujours de manière adéquate la réalité de ce qu'il est) ; celle de l'analyste ensuite dans son interprétation. Ce type de critique provient surtout des partisans de la méthode expérimentale et on en trouve une expression caractéristique dans la revue critique des recherches sur l'identité effectuée par R. Wylie (1974) et reprise par R. L'Écuyer (1978).

Pour éviter ces écueils, on peut recourir alors à des techniques d'inférences ; elles consistent à induire les caractéristiques de l'identité du sujet à partir d'une observation de ses comportements dans une situation plus ou moins standardisée. Ou encore à analyser dans ce sens les réponses à des tests projectifs comme le Rorschach ou le TAT (qui peuvent révéler les

niveaux inconscients de l'identité). Sans négliger l'intérêt des apports de ces démarches objectivantes, on peut néanmoins relever un paradoxe : elles cherchent à rendre compte d'un phénomène d'ordre subjectif en négligeant l'expression subjective directe des intéressés sur ce phénomène.

Mais plutôt que d'opposer ces différentes approches, il est préférable d'évaluer clairement pour chacune la zone qu'elle permet d'appréhender et les limites qui sont les siennes. On peut penser avec R. L'Écuyer (1978, p. 109) que « les différentes méthodes explorent chacun des aspects très particuliers du concept de soi et tout à fait différents les uns des autres ». Le soi phénoménal se distingue du soi inconscient ou du soi comportemental ; mais ces trois niveaux ont chacun leur consistance et sont constitutifs de l'identité globale.

C'est pourquoi la démarche que j'ai moi-même adoptée dans cette étude relève davantage d'une conception « complémentariste » et « intégrative » des diverses orientations méthodologiques que d'une conception clivante et exclusive<sup>1</sup>.

## 1.4 Principales approches théoriques

On peut essayer de dégager quelques grandes tendances et orientations théoriques dans les travaux portant sur l'identité.

### 1.4.1 L'approche psychanalytique

Le courant psychanalytique n'a pas vraiment suivi la tentative d'Erikson de porter la notion d'identité au rang de concept psychanalytique à part entière. Cette tentative a eu quelques échos aux États-Unis, mais beaucoup moins en Europe et notamment en France<sup>2</sup>. Là où elle a été reçue c'est qu'elle rejoignait les préoccupations d'une partie de la psychanalyse américaine d'accorder un intérêt plus marqué aux processus secondaires, aux mécanismes cognitifs et adaptatifs, aux fonctionnements du moi. Le mouvement de l'*ego-psychology* (Hartmann) s'est trouvé sur ce point en résonance avec la tendance néo-freudienne culturaliste (K. Horney, H. Sullivan, E. Fromm...) qui, dans une démarche comparable à celle d'Erikson, s'est efforcé d'analyser l'impact du contexte social sur la problématique identitaire.

La notion de soi a été développée surtout à partir des années soixante par un courant anglo-saxon que l'on a appelé la *Self Psychology* (O. Kernberg, H. Kohut, E. Jacobson...). Elle répond à plusieurs préoccupations : établir

1. Dans cette optique, j'ai voulu utiliser un dispositif original – la situation de *dynamique de groupe* – qui permet à mon sens de faire converger différentes démarches méthodologiques.

2. On peut signaler cependant en France les travaux de Caïn (1977) pour une approche psychanalytique de l'identité.

une théorie de la subjectivité (et de l'intersubjectivité) qui faisait en partie défaut à l'approche freudienne ; rendre compte de la construction de l'identité personnelle et des troubles qui peuvent l'affecter ; permettre la prise en charge de nouvelles formes de pathologies, qui relèvent davantage de perturbations dans la conscience de soi que des classiques conflits œdipiens.

L'hypothèse fondamentale de la psychanalyse est, à cet égard, que les représentations que nous avons de nous-mêmes et de notre corps ne sont pas seulement le produit d'un processus cognitif conscient ; elles sont aussi le résultat de mouvements affectifs et notamment d'investissements pulsionnels dont la théorie du narcissisme s'est efforcée de rendre compte. Ces représentations sont marquées de manière fondamentale par les premières interactions que le nourrisson entretient avec son environnement familial.

Concrètement, la construction du soi résulte d'un triple processus (*cf.* chap. 2) :

- un processus somato-psychique où l'image de soi s'étaye sur l'image du corps ;
- un processus pulsionnel (le narcissisme) par lequel ces images sont investies affectivement, et qui commande notamment l'amour et l'estime de soi ;
- un processus relationnel et intersubjectif par lequel l'image de soi se constitue dans le regard d'autrui (et notamment dans le regard des parents pour le petit enfant).

Ces différentes orientations ont contribué à faire une place relative dans la pensée analytique au concept de *self* dont on trouve une tentative de théorisation dans les travaux d'E. Jacobson (1964). Celle-ci considère le soi (en comparaison avec les instances de la deuxième topique) comme renvoyant à la personnalité tout entière, à la fois corps et appareil psychique et constituant une notion descriptive de l'individualité se percevant comme distincte du monde des objets. H. Kohut (1971), de son côté, a donné à la notion de soi une portée opératoire dans la clinique psychanalytique, tout spécialement dans l'abord des personnalités « narcissiques » et « *border line* » (personnalités limites ; *cf.* Fourcade, 1997).

Les travaux psychanalytiques ont également cherché à éclairer les stades précoces de la formation de l'identité, insistant sur la base corporelle et émotionnelle du soi (avec la notion de « soi psychophysiologique » d'E. Jacobson ou de « soi primordial » de S. Arieti, 1967) ou sur la violence fondatrice de l'interprétation maternelle (Castoriadis-Aulagnier, 1975).

Mais, dans cette perspective génétique, l'œuvre dont la portée est la plus profonde et la plus riche est incontestablement celle du célèbre pédiatre et psychanalyste anglais Donald Winnicott. Son originalité est d'avoir souligné l'importance décisive de l'environnement et tout spécialement des soins maternels dans le développement identitaire du petit enfant (1969, 1978). Il s'est plu à répéter qu'« un nourrisson ça n'existe pas » voulant dire par là

qu'il ne peut exister indépendamment de sa relation avec la mère. Un autre point essentiel de ses apports est d'envisager le développement moins dans la perspective freudienne classique d'une dynamique des pulsions et des défenses que dans l'optique de l'intégration de la personnalité et des sentiments d'existence et d'identité. Il fait même de ce facteur (la consistance et la maturité du sentiment d'identité) le critère fondamental pour l'évaluation diagnostique des patients et l'aménagement du cadre thérapeutique.

Il a tout particulièrement mis en lumière une distorsion du sentiment d'identité due au clivage entre « vrai *self* » et « faux *self* ». Le premier s'établit lorsque les soins maternels permettent une intégration harmonieuse entre le corps et la psyché ; au contraire, le second se constitue lorsque la mère est incapable de ressentir les besoins du nourrisson et d'y répondre de manière adéquate ; le nourrisson se soumet alors aux besoins maternels, aliénant sa propre personnalité. Dans ce cas, l'individu n'a, par la suite, qu'un sentiment d'identité fragile et incomplet ; car « seul le vrai *self* peut être créateur et seul le vrai *self* peut être ressenti comme réel. À l'opposé, l'existence d'un faux *self* engendre un sentiment d'irréalité ou un sentiment d'inanité » (1978, p. 126). Les investigations de Winnicott sur l'identité ont connu des prolongements intéressants dans les travaux de son disciple Masud Kahn (1976) et, plus indirectement, dans l'œuvre de Ronald Laing (1969, 1970, 1971) qui a fait lui aussi du sentiment d'identité le nœud central de sa démarche thérapeutique et de ses élaborations théoriques.

En France, le psychanalyste Gérard Mendel a repris les orientations culturalistes en montrant comment la société moderne rend difficile aux individus l'accès à une identité consistante (1968).

#### 1.4.2 *Les pathologies du soi*

La psychanalyse a exploré aussi les troubles qui affectent le sentiment d'identité et la construction du soi. Les perturbations majeures dans ce domaine relèvent du champ de la psychose (dépersonnalisation, identités multiples, mégalomanie, distorsions dans la perception du corps...). Mais elles ne sont pas absentes du champ des névroses et surtout des états limites.

Déjà, le médecin Alfred Adler (1870-1937), disciple dissident de Freud, avait souligné l'importance de l'amour de soi et des « complexes d'infériorité » (que le psychisme cherche à compenser imaginativement) dans les troubles de la personnalité :

La psychonévrose, qui est un produit de l'amour propre, de l'ambition et de la vanité, sert en dernière analyse à préserver le sujet d'un contact trop rude avec la vie et ses exigences, avec la réalité (Adler, 1992).

Ainsi, à côté des troubles relatifs aux développements de la pulsion sexuelle, d'autres semblent liés au narcissisme et à la formation de l'image de soi. Cette conception résulte notamment des travaux du psychanalyste

d'origine hongroise Michaël Balint (1896-1970). Il retrouve l'hypothèse d'A. Adler et propose la notion de « défaut fondamental » pour désigner l'existence d'une faille narcissique dans la construction de soi. Celle-ci est due pour lui à un écart traumatisant entre les besoins du nourrisson et les soins, l'attention et l'affection dont il a bénéficié :

L'analyse des adultes ou d'ailleurs des enfants qui manifestent des attitudes de toute-puissance révèle invariablement que cette toute-puissance est une tentative de défense désespérée contre un sentiment croissant d'impuissance (Balint, 1971).

On a vu que D. Winnicott reprend et développe cette perspective avec, notamment, la notion de « faux *self* ». La construction d'un sentiment plein et stable d'identité (le « vrai *self* ») devient pour lui l'un des critères fondamentaux de l'équilibre et de la santé. Cette orientation amène à dégager de nouvelles entités pathologiques relevant de troubles de l'identité et qui sont désignées surtout par les notions de « personnalités narcissiques » et de « patients limites ». Elles ont donné lieu à des élaborations théoriques et à des pratiques thérapeutiques originales auxquelles sont attachés notamment les noms d'Otto Kernberg et de Heinz Kohut : ces deux psychiatres ont contribué à renouveler la psychanalyse américaine et ont été les principaux initiateurs du courant déjà mentionné de la *Self Psychology*.

Leur position fondamentale (au-delà des nuances qui les distinguent) est que la construction du soi, de l'identité subjective, constitue un processus et une problématique spécifiques dans lesquels le destin du narcissisme joue un rôle prépondérant. Cette construction commence dès les premiers stades du développement psychique. Chez les patients narcissiques et limites, la construction du soi a subi un traumatisme en raison des lacunes des soins parentaux, lacunes contre lesquelles le sujet s'est défendu en s'accrochant à un « soi grandiose » marqué par une toute-puissance imaginaire. Par la suite, l'enfant reste étroitement tributaire, dans sa conscience de soi, de l'admiration qu'on lui porte, et tout retrait d'attention ou d'amour est ressenti comme une menace angoissante pour son sentiment d'existence et son estime de soi.

Cette théorisation a eu bien entendu des conséquences thérapeutiques : elle entraîne un abord spécifique de ce type de patients et une modification du cadre et de la relation tels qu'ils sont définis dans la cure traditionnelle.

On peut donc conclure en soulignant combien la psychologie du soi a été nourrie par les apports très riches de la psychanalyse. Mais la psychanalyse, en retour, s'en est trouvée profondément transformée.

#### 1.4.3 L'anthropologie culturelle

L'anthropologie culturelle, qui a connu des développements importants aux États-Unis et qui a été profondément marquée par la psychanalyse, s'est elle aussi intéressée au thème de l'identité et plus précisément à sa dimension collective.

À la suite des travaux d'Erikson, mais aussi de ceux plus anciens d'A. Kardiner (1969) sur la « personnalité de base », elle a étudié les mécanismes par lesquels chaque culture tend à produire et à transmettre des modèles identitaires et des types de personnalité. On peut citer dans cette orientation la recherche d'Erikson lui-même sur l'enfance dans différentes cultures (1960), celle de M. Mead, notamment sur l'adolescence, celle d'E. Fromm sur le « caractère social » des sociétés industrialisées, de B. Bettelheim (1969) sur l'identité des jeunes des kibboutz israéliens...

En France, ce courant a été marqué par les travaux de G. Devereux (1972) et par de nombreuses recherches sur les problèmes d'identité liés à l'immigration et aux contacts interculturels<sup>1</sup>.

Toutes ces recherches ont mis en lumière les processus d'interstructuration entre les institutions qui fondent la culture et les identités individuelles et collectives. Elles ont montré aussi que chaque culture est porteuse de conceptions et de modèles identitaires différents.

#### 1.4.4 La perspective génétique

La perspective génétique a inspiré aussi d'importants travaux sur l'émergence et le développement du sentiment d'identité, tout particulièrement chez l'enfant et l'adolescent. Dans ce domaine, H. Wallon a joué un rôle de pionnier et a été l'inspirateur notamment en France de multiples recherches comme celles de R. Zazzo, P. Malrieu, H. Rodriguez-Tomé, P. Tap...

H. Wallon a mis notamment l'accent sur l'importance de la relation soi-autrui dans la constitution de la conscience de soi et a essayé de fixer les stades parcourus par l'enfant dans le processus de différenciation entre soi et autrui (cf. « Le rôle de "l'autre" dans la conscience du "moi" », 1959, et « La conscience de soi : ses degrés et ses mécanismes de trois mois à trois ans », 1932).

Les recherches de R. Zazzo ont porté, entre autres, sur le « stade du miroir », moment clé dans la reconnaissance de soi, et sur les problèmes d'identité chez les jumeaux (1960). Celles de P. Malrieu et P. Tap sur l'« interstructuration » du sujet et des institutions (Tap, 1988) et sur l'identité masculine et féminine chez l'enfant (Tap, 1985).

L'adolescence a suscité, bien sûr, de multiples études parmi lesquelles on peut citer celles de B. Zazzo (1972), de H. Rodriguez-Tomé (1972, 1982) et un riche ouvrage collectif (Kridis, 1990).

R. L'Écuyer s'est efforcé de montrer que la quête d'identité ne s'arrête pas à l'âge adulte et qu'elle continue à évoluer jusqu'à la vieillesse (1978, 1980).

1. Parmi les travaux consacrés à la problématique identitaire dans le contexte des contacts interculturels on peut citer : *Identités collectives et relations interculturelles* sous la dir. de G. Michaud, 1978 ; S. Abou, *Liban déraciné*, 1978 ; J.-R. Ladmiral, E. M. Lipiansky, *La Communication interculturelle*, 1989 ; C. Camilleri et al., *Stratégies identitaires*, 1990 ; *Chocs de cultures* sous la direction de C. Camilleri et M. Cohen-Emerique, 1989...

Toutes ces recherches qui s'inscrivent dans une perspective génétique ne sont que mentionnées ici car on en traitera plus spécifiquement dans le chapitre suivant.

#### 1.4.5 *Les recherches psychosociologiques*

L'approche psychosociologique des phénomènes identitaires a été particulièrement féconde. Le précurseur dans cette orientation a été G. Mead qui a soutenu et développé la thèse que le soi est essentiellement une structure sociale qui naît des interactions quotidiennes :

Il se développe chez un individu donné comme résultat des relations que ce dernier soutient avec la totalité des processus sociaux et avec les individus qui y sont engagés (1963, p. 115).

L'individu prend conscience de son identité en adoptant le point de vue des autres et notamment du groupe social auquel il appartient.

Cette perspective a été celle de la plupart des travaux psycho-sociologiques. T. Sarbin dans sa « théorie du rôle » (1954) a envisagé le soi comme la somme des rôles sociaux joués par l'individu ; le soi est donc profondément modelé par ces rôles ; de ce fait, l'identité est multiple puisqu'il y a finalement autant de soi que de rôles joués ; elle peut être aussi conflictuelle car les différents rôles peuvent se révéler contradictoires.

Ce point de vue se retrouve chez C. Gordon (1968) qui insiste sur le caractère multidimensionnel de l'identité ; le soi n'est pas pour lui un phénomène statique mais « un processus complexe d'activités interprétatives continues » ; c'est donc un système organisé de perceptions et de représentations, une structure hiérarchique de significations qui résultent de la socialisation et situent toujours le sujet dans un rapport à autrui. Gordon distingue dans le concept de soi huit grandes dimensions<sup>1</sup> : les caractéristiques attributives (sexe, âge, nom, race, nationalité, religion) ; les rôles et appartenances (rôles familiaux et professionnels, affiliations idéologiques, statut social, participation à des associations...) ; les identifications abstraites (individualisantes, idéologiques ou catégorielles) ; les intérêts et les activités ; les références matérielles (image corporelle et possessions) ; les sensations systémiques du soi (compétences, actualisation du soi, sensation d'unité, valeur morale) ; les caractéristiques de la personne ; les jugements sur soi imputés aux autres. Ce modèle permet notamment de classer et de hiérarchiser les réponses au test du « Qui suis-je ? » de Kuhn et McPartland<sup>2</sup>.

1. On trouve une présentation du modèle de Gordon dans l'Écuyer (1978, p. 52-55).

2. Dans ce test, le sujet doit apporter une dizaine ou une vingtaine de réponses différentes à la même question : « Qui suis-je ? »

Ce test a été repris et complexifié par M. Zavalloni, selon une démarche d'« introspection focalisée », démarche qui permet d'explorer de manière relativement standardisée les différentes identifications liées à la perception de soi (en réponse à la question : « Qui suis-je ? »), les appartenances auxquelles elles sont associées (dans une opposition entre « eux » et « nous ») et les significations qu'elles revêtent pour le sujet.

R. Ziller (1973) a souligné lui aussi le caractère social du concept de soi ; il a proposé une théorie de l'« orientation soi-autre », posant pour hypothèse que le sujet se définit dans une relation avec autrui ou avec des groupes significatifs à ses yeux. L'identité individuelle constitue une sorte de « réponse sociale » aux stimuli qu'apportent les interactions avec les autres dans un souci de se définir et de délimiter ses frontières au sein de chaque relation. L'individu tente, dans la perception de soi, d'établir une consistance entre les différentes « facettes » suscitées par les rapports avec autrui. Il tente aussi de défendre une certaine valorisation de soi qui passe souvent par une certaine « visibilité » sociale.

De cette perspective, Ziller induit un modèle de l'identité dont les composantes principales sont les suivantes : l'estime de soi ; l'intérêt social (perception de soi comme faisant partie du champ perceptuel d'autrui) ; le sentiment de marginalité ; la centration sur soi (point de vue ego-centrique) ; la complexité du soi (nombre de facettes que l'individu perçoit en lui) ; l'identification (perception de similitudes soi-autrui) ; l'identification à la majorité ; le pouvoir (perception de soi comme supérieur ou inférieur à autrui) ; l'ouverture aux autres ; l'inclusion. Au niveau méthodologique, Ziller a essayé de sortir des questionnaires et autres démarches auto-descriptives ; il a proposé un test non verbal où le sujet est invité à se situer par rapport à autrui à partir de projections géométriques.

Dans l'analyse des relations entre l'identité sociale, la catégorisation, l'appartenance groupale et l'estime de soi, les travaux expérimentaux d'H. Tajfel (1972) apportent des éléments intéressants montrant que les individus négocient leurs appartenances groupales en fonction de la valorisation qu'ils pensent en retirer.

Les recherches de J.-P. Codol (1979) méritent aussi une mention particulière ; il a exploré par des procédures expérimentales les processus cognitifs de la construction de l'identité et notamment les mécanismes d'assimilation et de différenciation par lesquels les individus, en contexte social, construisent leur identité ; il a montré que ces mécanismes répondent à des stratégies de valorisation de soi et de reconnaissance sociale à travers le regard d'autrui :

La quête d'une reconnaissance sociale de l'identité personnelle oblige ainsi sans cesse les individus à présenter d'eux-mêmes à autrui un double visage. S'affirmant similaires, mais se considérant différents, ils essaient de montrer tout à la fois qu'ils sont l'un et l'autre, s'exerçant sans répit à une gymnastique

sociale où, pour marquer ses distances, l'approche et l'éloignement sont tour à tour et à la fois les figures imposées (1980, p. 162).

#### 1.4.6 Les approches phénoménales

Les approches phénoménales se sont fixées pour tâche d'appréhender et de décrire l'identité subjective, telle qu'elle se présente à la conscience des sujets. Plusieurs des recherches que l'on a déjà citées (comme celles de Gordon, de Ziller, de Zavalloni...) pourraient se situer aussi dans cette dernière catégorie. Elles s'intéressent donc au *soi phénoménal* (*phenomenal-self*) en cherchant à en rendre compte à travers des modèles descriptifs. Ces modèles sont des schémas multidimensionnels et souvent hiérarchiques (organisés en composantes principales et sous-catégories).

J.-F. Burgental a proposé une grille d'analyse des réponses au test du « Qui suis-je<sup>1</sup> ? » ; il offre d'abord une matrice pour étudier la différenciation « soi »-« non-soi » ; il classe ensuite les réponses selon leurs références aux éléments suivants : nom de la personne ; pronoms personnels ; références non individualisées ; âge ; sexe ; occupation ; statut familial ; statut social ; références descriptives neutres (géographiques, politiques ou références à la nationalité, aux religions, à l'apparence physique) ; références à la tonalité affective. Ces dernières sont évaluées suivant l'attitude du sujet : positive ou approbative ; négative ou désapprobative ; ambivalente.

Comparé à ces modèles, celui de D. Super (1963) apporte quelques éléments nouveaux ; il distingue plusieurs « métadimensions » qui renvoient à la résonance affective associée à chaque trait descriptif : l'estime ou l'acceptation ; la clarté (degré de conscience) ; la capacité d'abstraction ; le degré d'élaboration ou de richesse ; le degré de certitude (dans l'attribution des traits) ; la stabilité (consistance dans le temps des traits) ; le réalisme.

Super distingue aussi d'autres métadimensions liées au système global : le degré de différenciation des traits ; le nombre, la variété et la complexité des attributs ; la flexibilité ; le degré d'harmonie ; le degré d'idiosyncrasie ; le degré de détermination des concepts de soi sur les comportements. Ainsi Super ne cherche pas simplement à donner une description des dimensions de l'identité mais aussi à dégager les caractéristiques qualitatives et dynamiques de celle-ci.

Le modèle proposé par R. L'Écuyer se veut un modèle « intégré » dans le sens où il cherche à faire une synthèse des modèles précédents ; c'est un modèle hiérarchique car il se présente en structures principales subdivisées en sous-structures, elles-mêmes détaillées en catégories. Le tableau suivant en donne une présentation schématique (d'après L'Écuyer, 1978, p. 80).

1. Présentée par L'Écuyer, 1978, p. 69-72.

Organisation interne des éléments constitutifs du concept de soi

| Structures                      | Sous-structures                    | Catégories                                  |
|---------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------|
| Soi matériel (SM) <sup>2</sup>  | Soi somatique (SSo) <sup>2</sup>   | Traits et apparence (tra) <sup>3</sup>      |
|                                 |                                    | Condition physique (cph) <sup>3</sup>       |
|                                 | Soi possessif (SPo) <sup>2</sup>   | Possession d'objets (obj) <sup>2</sup>      |
|                                 |                                    | Possession de personnes (per) <sup>3</sup>  |
| Soi personnel (SP) <sup>2</sup> | Image de soi (ImS) <sup>2</sup>    | Aspirations (asp) <sup>2</sup>              |
|                                 |                                    | Énumérations d'activités (ena) <sup>3</sup> |
|                                 |                                    | Sentiments et émotions (sem) <sup>2</sup>   |
|                                 |                                    | Goûts et intérêts (int) <sup>3</sup>        |
|                                 |                                    | Capacités et aptitudes (apt) <sup>3</sup>   |
|                                 |                                    | Qualités et défauts (def) <sup>3</sup>      |
|                                 |                                    | Dénominations simples (nom) <sup>2</sup>    |
|                                 |                                    | Rôle et statut (rol) <sup>3</sup>           |
|                                 |                                    | Consistance (con) <sup>2</sup>              |
|                                 |                                    | Idéologie (ide) <sup>2</sup>                |
| Soi adaptatif (SA) <sup>2</sup> | Valeur de soi (VaS) <sup>2</sup>   | Identité abstraite (ida) <sup>3</sup>       |
|                                 |                                    | Compétence (com) <sup>4</sup>               |
|                                 |                                    | Valeur personnelle (vap) <sup>4</sup>       |
|                                 | Activité du soi (AcS) <sup>2</sup> | Stratégie d'adaptation (sta) <sup>4</sup>   |
|                                 |                                    | Autonomie (aut) <sup>3</sup>                |
|                                 |                                    | Ambivalence (amb) <sup>3</sup>              |
|                                 |                                    | Dépendance (dep) <sup>3</sup>               |
|                                 |                                    | Actualisation (act) <sup>5</sup>            |
|                                 |                                    | Style de vie (sty) <sup>5</sup>             |
|                                 |                                    |                                             |
|                                 |                                    |                                             |
|                                 |                                    |                                             |
|                                 |                                    |                                             |



|                                                                                                                |                                                         |                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
|  Soi social (SS) <sup>2</sup> | Préoccupations et activités sociales (PaS) <sup>2</sup> | Réceptivité (rec) <sup>4</sup>                   |
|                                                                                                                |                                                         | Domination (dom) <sup>4</sup>                    |
|                                                                                                                |                                                         | Altruisme (alt) <sup>5</sup>                     |
|                                                                                                                | Référence au Sexe (RaS) <sup>3</sup>                    | Référence simple (res) <sup>5</sup>              |
|                                                                                                                |                                                         | Attrait et expérience sexuels (sex) <sup>5</sup> |
| Soi-non-soi (SN) <sup>3</sup>                                                                                  | Référence à l'Autre (ReA) <sup>5</sup>                  | Nil                                              |
|                                                                                                                | Opinion des Autres sur soi (OpA) <sup>5</sup>           |                                                  |

Mon propos n'est pas ici de discuter et comparer ces différents modèles ; le lecteur aura pu repérer, au passage, les points de recoupement (assez nombreux) et les éléments de différenciation. Ils ont été cités comme représentatifs de cette approche phénoménale (dans laquelle on pourrait situer aussi les recherches de H. Rodriguez-Tomé (1972) sur la conscience de soi des adolescents).

Ils ont l'intérêt de souligner l'aspect multidimensionnel de l'identité et donc de nous mettre en garde contre toute tentative de réduction à l'une ou l'autre de ces dimensions.

1.4.7 *Le courant cognitiviste*

C'est dans les années quatre-vingt que le soi (car c'est le vocable de *self* qui a été retenu en langue anglaise) est devenu aux États-Unis un thème important de la psychologie cognitive expérimentale. Il s'agit d'un relatif revirement car le soi, banni de la psychologie « scientifique » par le béhaviorisme, était considéré auparavant comme ne pouvant relever que d'une approche clinique ou génétique.

La caractéristique commune des recherches d'inspiration cognitive est d'appliquer à l'étude du soi la méthodologie et les modèles du traitement de l'information. Elles abordent le soi comme une structure cognitive de reconnaissance et d'interprétation des informations dont la fonction est d'assurer la régulation de l'expérience sociale (Piolat *et al.*, 1992, p. 14). À partir de cette base, plusieurs modèles se sont proposés. Pour N. Cantor et J. Kihlstrom (Piolat, 1992, p. 1992), le soi est une représentation mentale que chacun se fait de sa propre personnalité ; cette représentation stockée en mémoire est constituée d'un réseau associatif d'informations : les unes abstraites, relatives aux attributs personnels (connaissances sémantiques) ; les autres concrètes relatives à des expériences, des pensées et des actes particuliers (connaissances épisodiques).

Pour H. Markus (Piolat, 1992, chap. 2), le soi ne constitue pas une structure unique mais un ensemble de structures appelées *self-schemas*, correspondant aux différentes dimensions selon lesquelles un individu se décrit ; ces *self-schemas* proviennent d'une généralisation de connaissances sur soi, issues des expériences passées qui guident et organisent le traitement de l'information relative à soi, mais aussi les comportements.

T. Rogers (Piolat, 1992, chap. 4) défend, quant à lui, la notion de soi comme « prototype » constitué par l'ensemble des caractéristiques (traits, valeurs, souvenirs...) qu'une personne considère comme la décrivant ; cet ensemble est organisé hiérarchiquement. Le caractère prototypique du soi se marque par le fait que les informations relatives à soi ne sont pas traitées de la même façon que les autres informations ; il implique des encodages beaucoup plus profonds et une évocabilité plus grande de ce type d'information. Ainsi le soi fonctionne comme un point de référence cognitif privilégié. D'autres auteurs ont montré par exemple que le soi constitue le point de référence habituel quand on se compare à autrui (on assimile les autres à soi plutôt que l'inverse). T. Rogers a contribué aussi à souligner l'insuffisante prise en compte des affects dans la plupart des modèles cognitivistes ; il soutient que s'ils veulent refléter fidèlement la réalité, ces modèles doivent intégrer l'émotion (ne serait-ce que parce que l'émotion a un rôle déterminant dans la mémorisation).

A. Greenwald (Piolat, 1992, chap. 1) a mis en lumière le fait que le soi, en tant que système organisé, met en œuvre un ensemble de biais cognitifs (égocentrisme, bénéficiant, conservatisme) dans le traitement de l'information le concernant. Ce mode de fonctionnement poursuit des finalités précises au bénéfice du moi : valorisation, consistance identitaire, préservation de l'autonomie...

Plusieurs recherches ont mis l'accent sur la multiplicité des soi et ont amené à distinguer : « soi situationnel » (suscité par les différentes situations dans lesquelles le sujet est engagé) et « soi dispositionnel » (correspondant à des représentations plus stables et plus durables) ; « soi actuel » (comment le sujet se perçoit être), « soi idéal » (image idéale de soi) et « soi possible » (ce qu'il aspire à être dans le futur).

En France, J.-M. Monteil et D. Martinot ont reproché aux recherches cognitives américaines de s'effectuer dans une sorte de « vide social » ; ils ont cherché à réintroduire les effets des insertions sociales et de l'histoire du sujet sur les structures et l'organisation du concept de soi (cf. Monteil, 1993 ; Martinot, 1995).

Nous reprendrons nous-mêmes la discussion critique des modèles cognitivistes dans le chapitre 3.

### 1.4.8 La perspective interactionniste

On fait souvent de G. Mead le fondateur de la perspective interactionniste en psychologie ; il est exact qu'il a été l'un des premiers à souligner que le soi était la résultante des interactions sociales, et notamment de celles qui s'instaurent à travers le langage et le jeu. Soulignons cependant que ce point de vue est partagé aussi par la plupart des chercheurs qui ont travaillé sur la conscience de soi et l'identité (même s'ils ne se sont pas référés explicitement à la notion d'interaction).

Déjà William James dans le chapitre « The Consciousness of Self » de son ouvrage *Principles of Psychology* (1890) avait mis l'accent sur le fait qu'autrui joue un rôle fondamental dans la conscience de soi et qu'une personne « a autant de soi qu'il existe d'individus qui la reconnaissent ».

Ainsi W. James apparaît avec J. Baldwin (l'un des premiers à avoir tenté de décrire les stades du développement de la conscience de soi chez l'enfant et de montrer que celle-ci implique toujours le sentiment de l'autre et inversement) comme le précurseur des recherches de C. Cooley et de G. Mead. À C. Cooley, on doit, entre autres, la notion importante de « soi reflété dans un miroir » (*the looking-glass self*) ; elle traduit le fait que le sujet s'imagine dans le regard d'autrui et anticipe les jugements que les autres peuvent porter sur lui ; ce jugement projeté – cette image de soi dans le miroir d'autrui – influence constamment la conscience de soi et les sentiments qui lui sont liés (fierté, gêne, honte...).

Nous avons vu aussi que plusieurs auteurs cités précédemment – comme Wallon, Erikson, Gordon, Ziller... – adoptaient une perspective comparable. L'ouvrage d'H. Rodriguez-Tomé, *Le Moi et l'Autre dans la conscience de l'adolescent* (1972) reflète assez bien les positions majeures de ce courant.

Le courant de l'interactionnisme symbolique est resté vivant aux États-Unis et a inspiré notamment, dans une période récente, les recherches de Sheldon Stryker (2000) qui s'efforcent de montrer les interactions entre le soi et les structures sociales.

Il faut aussi indiquer l'apport fondamental de l'approche systémique, de G. Bateson à l'école de Palo Alto (Marc, Picard, 2000). Outre ses aspects méthodologiques généraux et les concepts qu'elle a élaborés pour l'étude des interactions sociales, elle a montré combien la communication avec autrui influe sur la perception de soi. La notion fameuse de *double bind* montre qu'être soumis à des messages paradoxaux peut provoquer une désorganisation totale de l'identité. Mais, hors même du domaine pathologique, dans les relations les plus banales interviennent des phénomènes comme la définition mutuelle des interlocuteurs, la recherche de reconnaissance, la confirmation, le rejet ou le déni, la poursuite de « jeux » psychologiques (Berne, 1975), phénomènes qui modulent le sentiment d'identité de chacun.

Une autre contribution importante à la perspective interactionniste est celle d'E. Goffman (1973, 1974). Celui-ci a souligné que l'un des enjeux fondamentaux de l'interaction sociale était la « face » que chaque protagoniste essaie de manifester et de faire reconnaître (la « face » étant la valeur sociale positive, l'image de soi, qu'une personne revendique à travers la ligne de conduite qu'elle adopte dans les relations sociales où elle est engagée). Goffman a montré que la plupart des rituels sociaux ont pour fonction de préserver la face des protagonistes.

D'autre part, Goffman (1975) a étudié les stratégies cognitives et comportementales que mettent en œuvre des individus souffrant de handicaps pour échapper à la stigmatisation.

La notion de « stratégie identitaire », conceptualisée et systématisée en France par plusieurs chercheurs (Camilleri, 1990 ; Lipiansky, 1992...) s'est révélée particulièrement féconde. Elle désigne l'ensemble des conduites et des mécanismes (cognitifs, affectifs, défensifs...) qu'un sujet (individuel ou collectif) met en œuvre pour obtenir la reconnaissance d'autrui, défendre une cohérence identitaire et une image positive de lui-même. Ces stratégies (qui ont été étudiées notamment dans les situations d'acculturation où le sujet se trouve confronté à plusieurs référents identitaires) peuvent comporter des éléments conscients et d'autres non conscients. La notion de stratégie identitaire met l'accent sur la dimension dynamique et régulatrice de ces processus et sur leur caractère finalisé (recherche de reconnaissance, d'intégration, de valorisation...).

Dans toutes ces recherches, le champ impliqué par la notion d'interaction sociale (Marc, Picard, 1997) apparaît comme le contexte le plus pertinent pour aborder les phénomènes identitaires.

Au terme de cet inventaire, le lecteur peut avoir un sentiment de foisonnement et de morcellement. Ce bilan a voulu montrer la diversité des travaux sur l'identité, en indiquer les grandes orientations et signaler quelques références significatives dans ce domaine<sup>1</sup>. Cependant, pour dépasser une impression possible d'éparpillement et de juxtaposition de points de vue non reliés entre eux, il me semble nécessaire de reprendre plusieurs des éléments évoqués précédemment dans une perspective plus cohérente ; pour cela, nous allons maintenant essayer de suivre, dans ses grandes étapes, la formation, le développement et l'évolution du sentiment d'identité tout au long de l'existence.

---

1. Une analyse critique et une confrontation de ces différentes recherches nécessiteraient une étude spécifique qui, même si elle est amorcée dans l'ouvrage très riche de R. L'Écuyer (1978), reste encore certainement à faire.

## 2 GENÈSE DE L'IDENTITÉ

---

On peut penser que, dès la naissance, s'initie le processus par lequel l'enfant va acquérir peu à peu le sentiment de son identité. Il débute même peut-être avant, au moment où le futur bébé commence à exister dans l'imaginaire des parents, dans leur désir d'avoir une fille ou un garçon, dans le choix du prénom ; il y a déjà là l'amorce d'une identité sexuelle et symbolique (on constate d'ailleurs que les premières questions posées, face à un bébé inconnu, cherchent à l'identifier : « Est-ce une fille ou un garçon ? » et : « Comment s'appelle-t-il ? »).

Cependant le nouveau-né n'a pas conscience de son identité. Il n'accède au sentiment de lui-même que progressivement à travers un parcours dont la dimension subjective échappe évidemment pour la plus grande partie, mais dont on peut reconstruire les étapes à travers l'observation et l'interprétation de certains indices significatifs. La conscience de soi se précise parallèlement au développement du moi qui s'opère à travers une interaction étroite entre les sensations et les perceptions internes et externes. Elle s'étaye à la fois sur le corps propre et sur les relations avec l'environnement objectal et humain.

### 2.1 L'identité corporelle

Le corps est la base et le support privilégié du sentiment d'identité. C'est lorsque le nourrisson est capable de localiser les sensations, les tensions, les émotions dans son corps qu'il devient capable de différencier ce qui est soi et ce qui est non-soi et qu'il arrive aussi à reconnaître l'autre d'après son apparence corporelle. Par son contact avec les personnes qui s'occupent de lui et avec les objets qu'il manipule il prend conscience, comme H. Wallon (1959)

l'a bien montré, des limites externes de son corps et de ses sensations internes (sensations de faim, de soif, de satiété ; sensations liées à l'expulsion des excréments...). Les travaux du psychanalyste et neurologue Paul Schilder (1968) et de ceux qui s'en sont inspirés ont mis en lumière l'existence d'une « image du corps » pouvant s'éloigner plus ou moins de la réalité anatomique et qui constitue la source des représentations de soi.

Dès le début l'image du corps est marquée par les courants pulsionnels et affectifs qui l'investissent. Ce n'est pas une donnée perceptive fixe, mais une représentation qui se développe et se construit en fonction de l'évolution temporelle et des sensations de plaisir ou de déplaisir qui l'accompagnent : « La libido narcissique s'attache successivement à des parties différentes de l'image du corps et, aux différents stades du développement libidinal, le modèle du corps change continuellement » (Schilder, 1968). Les orifices jouent un rôle très important dans cette image car ils sont à la fois liés aux fonctions vitales (alimentation, respiration, excrétion...), aux fonctions sensorielles et aux zones érogènes (la bouche au stade oral ; l'anus au stade anal ; le sexe au stade phallique...).

Ainsi, les mouvements pulsionnels, et plus largement l'affectivité, ont « pour effet de changer la valeur relative et la netteté des différentes parties de l'image du corps ». Ce changement concerne aussi bien la surface du corps que les parties internes ou encore l'importance accordée à différentes zones.

Mais notre image du corps et de ses différentes parties est influencée aussi par l'intérêt que leur porte autrui (à travers ses regards, ses gestes, ses paroles, sa façon de les toucher...), et par l'intérêt qu'autrui porte lui-même à son propre corps. Il y a une sorte d'identification corporelle (le plus souvent inconsciente) qui sous-tend l'image du corps et la représentation de soi (comme chez la petite fille coquette qui calque les attitudes de sa mère).

### *2.1.1 Sensations corporelles et investissement narcissique de soi*

On voit qu'à travers l'image du corps, le soi est une représentation fortement marquée par le narcissisme. Ce qui se traduit par des sentiments vécus : se sentir « bien ou mal dans sa peau », se trouver beau ou laid, se sentir « en forme », s'aimer ou se déprécier... Tous ces sentiments influent profondément sur la perception de soi.

Le célèbre pédiatre et psychanalyste anglais Donald Winnicott (1896-1971) a montré que la narcissisation de soi était étroitement liée à la qualité des soins maternels. Des soins adaptés donnent au bébé un sentiment d'harmonie et de bien-être ; à l'inverse, une carence affective de la mère comme une sollicitation trop forte aboutissent à un défaut d'intégration entre le corps et le psychisme et à une faille narcissique. C'est là qu'interviennent les notions de « vrai » et de « faux *self* ».

Le « vrai soi » est lié à l'harmonie entre le corps et la psyché, réalisée par des soins maternels adaptés aux besoins du nourrisson, qui lui permettent de se sentir bien. Le « faux soi » résulte de la soumission de l'enfant à des attitudes maternelles frustrantes : il entraîne un sentiment de vide, d'irréalité, d'insatisfaction. C'est une formation défensive qui provoque, par la suite, un clivage de la personnalité et un sentiment d'inauthenticité.

Ainsi, l'investissement narcissique de soi trouve en partie son origine dans les sensations corporelles de bien-être et dans la gratification des besoins du nourrisson, fortement influencées par la qualité des soins maternels.

Freud a souligné dans « Le moi et le ça » le rôle fondamental du corps, et plus spécifiquement de la peau, dans l'établissement d'une frontière entre soi et l'extérieur : « Le moi est avant tout une entité corporelle, non seulement une entité tout en surface, mais une entité correspondant à la projection d'une surface » (1970a, p. 194). En effet, l'enveloppe corporelle sépare l'intérieur de l'extérieur et offre une limite tangible à l'individualité. En même temps, elle constitue une zone de communication et d'échange entre l'organisme et son environnement : « Le propre corps de l'individu et, avant tout, sa surface constituent une source d'où peuvent émaner à la fois des perceptions externes et des perceptions internes » (*ibid.*).

D. Anzieu a prolongé et approfondi ce point de vue en développant les notions de *moi-peau* ; par cette expression il désigne « une figuration dont le moi de l'enfant se sert au cours des phases précoces de son développement pour se représenter lui-même comme moi contenant les contenus psychiques, à partir de son expérience de la surface du corps » (1985, p. 39). La peau délimite le corps propre et constitue une barrière qui le protège de la pénétration et sépare le dedans et le dehors : « De cette origine épidermique et proprioceptive, le moi hérite la double possibilité d'établir des barrières (qui deviennent des mécanismes de défense psychiques) et de filtrer les échanges (avec le ça, le surmoi et le monde extérieur) » (*ibid.*).

Ainsi les notions de limite et de frontière sont des notions nécessaires à la constitution de la conscience du soi ; il faut que le sujet se sente séparé et protégé d'autrui pour que se constitue son identité : « Le moi-peau assure une fonction d'individuation du soi, qui apporte à celui-ci le sentiment d'être un être unique » (p. 102).

H. Wallon (1941, 1942) et J. Piaget (1964) ont mis en lumière eux aussi tout ce que le développement perceptif et cognitif du petit enfant doit aux sensations et à la motricité corporelles. Piaget a montré notamment comment, après avoir pris conscience de ses propres sensations, le jeune enfant va, entre six mois et deux ans, apprendre progressivement à sentir, à appréhender et finalement à reconnaître l'existence d'un environnement « non-je » (objets et personnes). Pour ce faire, il a besoin d'acquérir quatre catégories fondamentales constitutives de la réalité : l'espace, le temps, l'objet et la causalité. La notion d'« objet permanent », distinct du *je*

(complexe psychosensoriel qu'on peut voir, entendre, toucher, sentir et qui continue d'exister de façon durable en dehors de tout contact perceptif), est acquise, pour Piaget, en six stades à l'issue desquels l'enfant « a une image des choses absentes et de leur déplacement ».

La notion d'objet permanent est la base de toute notion d'identité. Elle sert de départ au comportement de discrimination entre le même et l'autre et à la constitution cognitive de classes, née de la capacité d'abstraire certaines caractéristiques d'un ensemble d'objets afin de les ranger dans une même catégorie (les bébés, les « grands », les femmes...).

L'identité corporelle est aussi une identité sexuelle. Dès l'accès à la parole, le jeune enfant est amené à se reconnaître garçon ou fille. Cependant l'identité sexuelle ne résulte pas seulement du sexe anatomique ; elle découle aussi des identifications de la petite enfance et notamment de celles qui se nouent autour du complexe d'Œdipe. Ces identifications se font de manière prépondérante au parent (ou aux frères et sœurs) du même sexe ; mais elles se dirigent aussi de façon plus ou moins marquée vers le sexe opposé, entraînant une certaine bisexualité psychologique. En même temps l'identité sexuelle prend appui, par la suite, sur les modèles de la féminité et de la virilité proposés par la culture.

### 2.1.2 *L'image spéculaire*

Dans la constitution de l'identité, l'image de soi, au sens propre, joue un rôle très important. L'image spéculaire, dans ce sens, occupe une place primordiale, largement soulignée par les psychologues à la suite de Baldwin et Wallon. J. Lacan a même fait du *stade du miroir* le moment fondateur de la quête identitaire : dans le miroir c'est souvent avec une sorte de fascination et de plaisir que l'enfant contemple son image « matrice symbolique où le *je* se précipite en une forme primordiale, avant qu'il ne s'objective dans la dialectique de l'identification à l'autre » (1966, p. 94). À travers cette forme, il découvre son unité corporelle et son individualité et apprend peu à peu à se reconnaître et donc à s'identifier. De fait entre 12 et 18 mois environ, c'est surtout sa propre image dans le miroir qui semble captiver l'enfant, manifestant ce que l'on peut interpréter comme un premier investissement narcissique de son apparence corporelle.

R. Zazzo a, lui aussi, souligné l'importance du stade du miroir dans la constitution de l'identité. Comparant et opposant l'image spéculaire et l'image gémellaire, il a souligné et montré que « le double est la condition obligée de l'identité ». Il s'est efforcé d'illustrer cette proposition en étudiant, de façon expérimentale, la reconnaissance par l'enfant de son image dans un miroir, reconnaissance qu'il localise vers l'âge de deux ans. Jusqu'à cet âge, l'enfant dispose de deux expériences sensibles de lui-même : d'une part, l'expérience intérieure de son propre corps à travers ses

sensations tactiles, viscérales et émotives ; d'autre part, une vision extérieure de son image dans le miroir. Le sentiment d'identité émergerait lorsque l'enfant est capable d'opérer une synthèse entre ses deux expériences. R. Zazzo y voit le résultat d'un double mécanisme d'objectivation et d'appropriation. L'objectivation est le processus par lequel l'enfant devient visible à lui-même, se fait objet dans l'espace des objets. Car, comme on l'a vu, la perception de l'identité d'un objet, de son unicité et de son invariance suppose une représentation de l'espace et de la permanence de l'objet dans le temps. L'appropriation consiste pour l'enfant à incorporer pleinement cette apparence visuelle de soi et à la faire coïncider avec l'expérience immédiate qu'il a de son corps. Zazzo note que c'est au moment où cette fusion se réalise que l'emploi du *je* s'installe nettement dans le discours de l'enfant. Il suggère aussi que l'identification des autres comme semblables s'opère par un mécanisme inverse : l'enfant attribuerait à cet extérieur qui est autrui sa propre intériorité. On peut peut-être étendre la portée de cette expérience en remarquant que le miroir n'est pas seul à refléter des images ; sans cesse nous sommes confrontés aux images qui nous sont renvoyées par le regard d'autrui et avec lesquelles nous avons à faire coïncider l'expérience intérieure que nous avons de nous-mêmes.

Dans les recherches de R. Zazzo, le double jumeau se oppose au double spéculaire. Si, dans le jeu du miroir, la conquête de l'identité consiste à établir une correspondance avec son image, à s'identifier à son double, pour le jumeau, elle consiste au contraire à s'émanciper de son double, à s'en désidentifier. Dans ce cas, R. Zazzo a analysé l'affirmation progressive de l'identité comme un « effet-de-couple » dans le sens où la vie de couple se traduit nécessairement par l'émergence de rôles diversifiés et complémentaires : c'est de la « différenciation » (qui s'opère en dehors même de la conscience des jumeaux) que naît l'identité, tant du point de vue objectif de l'observateur que du point de vue subjectif des partenaires.

L'identité corporelle et sexuelle reste un élément fondamental de la conscience de soi tout au long de l'existence. Elle est marquée par l'imaginaire du sujet (notamment dans sa dimension fantasmatique inconsciente) mais aussi par les modèles esthétiques (Maisonnette, Bruchon-Schweitzer, 1981), les codes et les rituels socioculturels (Picard, 1983). L'appropriation de l'apparence corporelle dépend ainsi du regard que le sujet porte sur lui-même (regard orienté par toute sa problématique narcissique) et du regard d'autrui, vecteur des normes et des modèles culturels intériorisés, qui suscite un mouvement de comparaison sociale valorisante ou dévalorisante (selon que le sujet a le sentiment de correspondre ou non aux canons de la beauté féminine ou masculine). De la sorte perception et évaluation interfèrent constamment et la représentation de soi est étroitement liée à l'« estime de soi ».

L'identité corporelle doit s'adapter à l'évolution biologique et sociale avec ses moments clés comme la puberté, la maternité, la maturité, le

vieillessement ; chacun de ces moments pousse à un remaniement de l'identité corporelle qui retentit sur le sentiment global d'identité (par exemple, le vieillissement, pour les hommes et sans doute plus encore pour les femmes, constitue une mise à l'épreuve de l'image de soi).

Ainsi, au niveau même de son étayage corporel, l'identité se construit dans une dialectique de l'intériorité et de l'extériorité, de l'identification au double et de la différenciation du semblable, de la continuité et du changement, du rapport à soi et du regard d'autrui.

Il convient de replacer maintenant cette dialectique dans l'interaction affective, cognitive et sociale entre le sujet et son entourage.

## 2.2 Identité et interactions

C'est d'abord dans la relation affective entre la mère et le nourrisson que celui-ci va construire progressivement une conscience stable de lui-même ; à travers le corps à corps avec la mère – dans une communication permanente faite de soins, de nourritures, de caresses, de babillages et de paroles – le nourrisson développe la perception de son corps, à la fois dépendant et autonome de celui de sa mère.

D. Winnicott a souligné tout particulièrement le rôle de miroir du regard maternel qui permet au nourrisson de se découvrir comme investi affectivement : en effet, lorsqu'il regarde le visage de sa mère « généralement ce qu'il voit, c'est lui-même. En d'autres termes, la mère regarde le bébé et ce que son visage exprime est en relation directe avec ce qu'elle voit » (1975, p. 155). On pourrait parler ici d'une première forme de reconnaissance, car l'enfant lit sur le visage maternel une reformulation de son propre état émotionnel qui tend à lui conférer une valeur et une signification.

Un autre psychanalyste anglais, R. Spitz, a mis l'accent lui aussi sur l'importance des interactions précoces dans la formation du sentiment d'identité. Il a pointé notamment la fonction fondamentale de trois « organisateurs ». Le premier est le sourire qui est à la fois imitation et réponse aux sourires et aux stimulations de l'entourage ; il « constitue le prototype et la base de toutes les relations sociales ultérieures » (1968, p. 81). Le second est l'angoisse du huitième mois face à une personne étrangère ; elle manifeste le fait que l'enfant peut reconnaître la mère comme séparée de lui et la distinguer d'une autre personne (il commence donc à conférer à la mère une certaine identité). Le troisième organisateur est le « non » dont l'usage intervient vers la deuxième année et qui permet à l'enfant de s'opposer et donc de se différencier de son entourage ; il constitue une nouvelle étape dans l'affirmation de soi et la perception de soi comme sujet autonome (où l'identité se pose en s'opposant).

Dans ces phases archaïques de la constitution de la conscience de soi, il faut évoquer aussi certains mécanismes mis en lumière par M. Klein ; le plus important pour la constitution du moi est le *clivage* qui intervient à un stade très précoce entre le « bon objet » introjecté et le « mauvais objet » projeté très souvent sur l'extérieur. Ce mécanisme contribue à faire de l'autre, au niveau de l'imaginaire, un être hostile et dangereux ; cette représentation risque d'être réactivée par la suite dans la rencontre avec l'autre comme « étranger », soutenant les attitudes de xénophobie.

### 2.2.1 *Du corps au code*

Cette description de la genèse de l'identité serait incomplète si l'on ne faisait intervenir le *langage*. L'enfant, avant même sa conception, existe dans le discours de ses parents ; ce discours parle de désir ou de non-désir d'enfant, du sexe souhaité, du prénom qu'il portera et qui le désignera, avec son nom de famille, comme être singulier, premier signe d'identification aux yeux de la société. Ce discours des parents s'inscrit lui-même dans une tradition familiale (en réaction ou en continuité avec le récit des grands-parents) et dans un discours social (sur la famille, l'enfant, la désirabilité d'un sexe par rapport à l'autre, la personnalité associée au prénom, etc.). Après la naissance, la parole familiale continue à accompagner le développement du nourrisson ; elle lui attribue des traits de caractère (il est « facile » ou « difficile », il est « paresseux », il est « têtu »...) et lui impose ainsi une interprétation de ses réactions et de ses comportements. De la sorte, le discours anticipe et oriente la formation de l'identité ; il assigne un sens aux conduites de l'enfant ; il lui propose une représentation de lui-même par rapport à laquelle il aura à se situer et qu'il devra faire coïncider avec sa propre perception. Ici apparaît une nouvelle dialectique de l'identité entre l'objet et le nom, le corps et le code, l'apparence et l'appellation, le signifiant et le signifié. C'est le langage qui donne sens à l'identité et la fait exister socialement. Il n'est pas simplement une étiquette posée sur un objet, mais le lieu où se constituent les représentations, les valeurs et les idéologies qui fondent la culture. C'est dans ce sens qu'A. Greimas a pu dire que « les hommes n'utilisent pas la langue mais sont en partie constitués par elle » (1970, p. 100) ; elle constitue un ordre symbolique par lequel chacun se voit assigner une place.

Si le langage est porteur de connotations et de valeurs autant que de dénotations, on comprend qu'avec l'accès à la parole interfèrent d'emblée nomination et évaluation. Pour le petit enfant, la désignation de l'identité des êtres et objets qui l'entourent s'accompagne de jugements de valeurs : bon/mauvais, propre/sale, gentil/méchant, bien/mal, etc. En même temps que le langage propose des identités, il les situe donc dans un système axiologique et dans une hiérarchisation. Ce processus conduit à la production de modèles idéaux d'identification, sortes de « prêt-à-porter » que la

famille, le milieu, la société demandent aux individus d'endosser (panoplie qui va du « bébé-bien-sage » à « fort-et-grand-comme-papa » ou « coquette-comme-maman », « une-vraie-petite-femme » et dont dérive le modèle du « bon père », de la « femme d'intérieur accomplie », du « jeune cadre dynamique », etc.). Il tend aussi à désigner des modèles stigmatisés qui servent de repoussoir (identité négative du « garçon-qui-pleurniche-comme-une-petite-fille », du « cancre », du « pauvre-type », de la « garce », etc.).

Le langage est donc ce système symbolique par lequel l'identité accède au sens et qui lui assigne une *place* dans la constellation familiale, dans le milieu social, dans la culture et la stratification de la société globale. Il est cette structure, le plus souvent inconsciente, qui ordonne et organise les relations et les échanges (au plan du sexe, des générations, de l'économie, du pouvoir...), à la fois extérieure à l'individu puisque préexistante à sa conception et située au plus intime de lui-même puisqu'elle est constitutive de son identité la plus singulière.

À travers le langage et le jeu, l'enfant peut aussi, par imitation, occuper différents rôles réels ou imaginaires, supports d'identifications multiples (projetés souvent vers l'avenir) mais aussi de différenciation car il sait qu'il « joue » à être l'autre (c'est donc qu'il n'est pas tout à fait l'autre).

Son identité s'affirme dans deux directions : une identité sociale (« l'enfant adapté ») qui répond à la demande de son entourage et plus spécialement des adultes qui lui imposent un certain mode de comportement (obéissance, propreté, rudiments de savoir-vivre...) ; et une identité imaginaire qui trouve à s'exprimer surtout dans le jeu où l'enfant s'identifie à des êtres fictifs ou réels qui incarnent ses rêves de toute-puissance, d'autonomie et son souhait de devenir « grand » :

Il s'accorde le plaisir d'en être captif, car ils constituent le *masquage* de sa dépendance dans des *aventures*. L'aventure ouvre l'avenir, brise avec les certitudes quotidiennes, pose un moi puissant et libre, destiné à nous accompagner secrètement dans toutes nos actions. C'est un ressort essentiel de la personne : *le moi fantastique*, qui va se repaître de la culture, qui la désire et qui la crée (Malrieu, 1980, p. 45).

On peut y voir aussi une des manifestations du moi-idéal.

C'est encore à travers le jeu que les autres enfants deviennent peu à peu, pour le jeune enfant, des partenaires et des modèles de référence :

En définitive, l'étape de 2 ans à 5 ans permet d'assister à l'élaboration des bases du concept de soi par la construction du sens d'identité *via* les possessions, le langage, les identifications et les différenciations face aux personnes environnantes dont les réactions influencent à leur tour le sentiment de valeur personnelle (L'Écuyer, 1978, p. 145).

### 2.2.2 *Un double mouvement d'identification*

Je me suis centré jusqu'à présent sur ce moment inaugural de la prime enfance car il permet de saisir, dans leur formation même, les processus qui président à la constitution du sentiment d'identité. Il représente aussi les fondations sur lesquelles s'appuieront les constructions ultérieures. Mais cela ne signifie nullement que tout est joué à l'issue de l'enfance. On a déjà vu l'importance des mécanismes d'identification, qui s'affirment notamment au moment de la phase œdipienne mais qui sont toujours actifs par la suite : identification sexuelle ; mais aussi identification aux images idéalisées des parents, des frères et sœurs, des camarades, ou de personnages mythiques ; et identification aux idéaux et aux valeurs de la famille et du groupe social (à travers la formation du surmoi).

Cependant l'identification ne se fait pas seulement de l'individu aux personnes et aux modèles de son environnement. Tout aussi importante est l'identification de l'individu par son entourage. J'ai déjà souligné qu'avant même que l'enfant accède à toute identification, il est déjà identifié dans l'imaginaire des parents, dans le nom et le prénom qu'il porte, dans la structure symbolique culturelle et sociale dans laquelle il prend place. Il a donc à s'approprier, dans la conformité ou la révolte, l'intériorisation ou le rejet, une identité prédéterminée qui lui est proposée par son environnement.

Cet environnement au départ se limite au groupe familial et au milieu immédiat dans lequel celui-ci est inséré. Cependant, quand l'enfant grandit, l'environnement ne cesse de s'élargir, avec l'entrée à l'école, mais aussi avec la pénétration des médias (et notamment de la télévision). Le milieu scolaire suscite chez l'enfant de nouveaux rôles et de nouvelles perceptions de soi : appréciations des enseignants, succès ou insuccès dans différentes matières, popularité ou rejet de la part des camarades. Il ancre en lui l'idée d'une progression liée à l'âge (symbolisée par le passage d'une classe à l'autre), d'une comparaison sociale et d'une place dans la hiérarchie du succès ou de l'échec (le « meilleur de la classe », le « bon » ou le « mauvais élève »). Comme l'indique R. L'Écuyer, « c'est donc une période intense durant laquelle s'accumule et se hiérarchise progressivement une variété d'images de soi élargissant le sens d'identité et se répercutant aussi sur l'acceptation de soi (estime ou valeur de soi) : les perceptions de soi en termes de capacités et d'aptitudes, de qualités et de défauts, de goûts et d'intérêts, d'images sociales (rôles, statut, appartenance), de bon ou mauvais, de compétence ou d'incompétence, etc. » (1978, p. 147). L'école intensifie à la fois la référence au groupe d'âge, l'individuation liée notamment à l'appréciation des enseignants (qui amène une évaluation permanente de l'élève) et l'intériorisation des normes, des valeurs et des modèles sociaux légitimés par l'autorité scolaire (Perron, 1971).

L'identification prend comme support des groupes toujours plus larges : milieu local, groupe d'âge, classe sociale, appartenance confessionnelle,

cadre national... mais elle procède d'abord d'un mouvement allant de l'entourage vers l'enfant : c'est l'entourage qui lui apprend quelle est sa place dans la société : sa nationalité, la profession de ses parents, s'il est blanc ou noir, catholique ou musulman, etc., s'il appartient à un milieu valorisé ou dévalorisé (selon qu'il sort d'une « grande famille » ou qu'il n'a qu'une « basse extraction »...).

L'enfant intériorise ainsi peu à peu ses groupes d'appartenance, les « nous » auxquels il participe, empreints de valeurs cognitives et émotionnelles ; ces « nous » s'inscrivent dans une stratification sociale où ils se situent les uns par rapport aux autres, dans des rapports de pouvoir, de prestige et d'argent et dans une histoire qui a déposé dans la mémoire du groupe tout un ensemble d'événements, d'expériences, de modèles et de représentations. Mais ils découlent aussi de stratégies individuelles ou collectives qui placent le « nous » visé dans un projet identitaire, dans une compétition pour la reconnaissance sociale, l'ascension, la valorisation ou le changement. Ainsi, les identifications ne procèdent pas seulement des groupes d'appartenance mais aussi de groupes de référence dans lesquels le sujet puise ses modèles ou auxquels il cherche à s'intégrer en fonction de ce qu'il veut devenir. Elles ne traduisent pas uniquement la position de l'individu, déterminée par son histoire et son statut social, mais encore ses anticipations et ses aspirations, la dynamique personnelle et sociale dans laquelle il inscrit son action, avec ses mouvements de conformisme et d'ambition, d'ascension ou de régression et ses modèles sociaux (l'ambitieux, le *self-made man*, le parvenu, le déclassé...). Cette dynamique influe fortement sur le sentiment d'identité, comme Vincent de Gauléjac l'a montré dans ses différentes recherches<sup>1</sup>.

Ainsi l'identité se construit dans un double mouvement d'extension croissante où l'individu accède à la conscience de soi, par différenciation d'autrui et assimilation au même. D'une part, il s'inscrit dans des groupes de plus en plus larges, organiques, fonctionnels et idéologiques ; il y puise un sentiment de proximité et de solidarité avec des « nous » (qui s'opposent à « eux », les « autres », les « adversaires », les « étrangers »). D'autre part, autrui renvoie constamment au sujet une image de lui-même qui tend à lui assigner une place, une position et un rôle, à le ranger dans une catégorie en fonction de ses différents groupes d'appartenance. Il y a interaction constante entre ces deux faces de l'identification, entre mécanismes de projection et d'introjction, entre l'identité assumée par le *je* et celle qui lui est proposée ou imposée par autrui. Selon la formule fameuse de Sartre : « L'important n'est pas ce qu'on fait de nous, mais ce que nous faisons nous-mêmes de ce qu'on a fait de nous. » L'identité est un processus mais aussi un choix et une trajectoire.

---

1. Cf. notamment *La Névrose de classe*, 1987 et *Les Sources de la honte*.

## 2.3 Crises et transformations

L'identité se modifie tout au long de l'existence. René L'Écuyer, par exemple, distingue, de façon sans doute un peu schématique, six stades du développement de la conscience de soi (L'Écuyer, 1994) : l'émergence du soi (entre 0 et 2 ans), la confirmation du soi (de 2 à 5 ans), l'expansion du soi (de 6 à 10 ans), la réorganisation du soi (de 11 à 25 ans), la maturation du soi (entre 25 et 60 ans) et la permanence du soi (au-delà de la soixantaine).

Ce processus est moins le résultat d'une addition successive que de remaniements et de tentatives d'intégration plus ou moins réussies. Erikson écrit :

La formation de l'identité commence là où cesse l'utilité de l'identification. Elle surgit de la répudiation sélective et de l'assimilation mutuelle des identifications de l'enfance ainsi que de leur absorption dans une nouvelle configuration qui, à son tour, dépend du processus grâce auquel une société (souvent par l'intermédiaire de sous-sociétés) identifie le jeune individu en le reconnaissant comme quelqu'un qui avait à devenir ce qu'il est [*the way he is*] et qui, étant ce qu'il est, est considéré comme accepté (1972, p. 157).

Ce mouvement ne va pas sans ruptures et sans crises, en dehors même des problèmes de nature pathologique.

On a amplement analysé, par exemple, la crise de la puberté qui entraîne une modification profonde de l'identité enfantine. L'adolescent voit son corps et son apparence physique se modifier considérablement ; il doit intégrer cette transformation et acquérir une nouvelle identité sexuelle. En même temps, il tend à se distancier du cadre familial ; pour pouvoir modifier son inscription dans le système symbolique de places où il figurait il est amené, d'une certaine façon, à réaliser le « meurtre » des images parentales et à assumer le deuil et la culpabilité qui en résultent. On retrouve dans toutes les cultures des « rites de passage » qui facilitent et entérinent ce saut qui mène à l'état adulte ; car, après avoir occupé la place de l'enfant, le jeune va conquérir celle du père ou de la mère avec l'accès à la sexualité génitale et au monde du travail. On a souligné souvent dans l'identité adolescente le souci de l'apparence, les préoccupations narcissiques, le mélange de conformisme (par rapport au groupe de pairs) et de révolte (à l'égard de l'univers parental), l'affirmation péremptoire et la fragilité, l'engouement passionnel pour certaines figures identificatoires (héros, stars, grands hommes...) et certains idéaux (politiques, religieux, humanitaires...). Cependant toutes ces caractéristiques dépendent souvent, dans leur accentuation, des issues que la culture et la société offrent aux nouvelles orientations et aux nouvelles aspirations de l'adolescent. Aujourd'hui, par exemple, la marginalisation croissante des jeunes dans nos sociétés constitue un facteur important de leur dynamique identitaire (Paolicchi, 1980, p. 65).

On a souvent l'impression, en lisant la littérature psychologique, qu'avec l'accession au statut d'adulte l'identité entre dans une phase étalement où elle a

trouvé enfin sa singularité, son unité et sa permanence. Une sorte de *happy end* où l'équilibre et la lucidité prévalent enfin sur les tensions et les conflits antérieurs. Mais les symptômes sont nombreux du caractère mythique de cette vision. L'intrusion du « troisième âge » comme phénomène social a attiré l'attention des psychologues sur la crise identitaire grave que traversent souvent les personnes âgées, notamment au moment de l'accession à la retraite. Ici ou là, on parle aussi de « crise de la quarantaine » ou de la cinquantaine, du problème que pose à l'identité féminine la ménopause, etc. ; les recherches actuelles « refusent de plus en plus de considérer la vie adulte comme s'il ne s'agissait plus que de simples variations sur des thèmes probablement fixés durant l'enfance et l'adolescence » (L'Écuyer, 1978, p. 152).

Plusieurs facteurs nouveaux, de nature sociale, sont susceptibles d'entraîner des modifications importantes dans la conscience de soi : le choix et l'exercice d'une profession ; le degré de réussite et le statut socio-économique qui en découle ; le mariage (ou le célibat qui entraîne l'identité de « vieille fille » ou de « vieux garçon ») ; la maternité et la paternité (qui confèrent une nouvelle identité de parent) ; les rôles sociaux assumés (comme syndicaliste, militant politique, animateur d'associations...) ; les affiliations idéologiques et religieuses ; l'état de santé ; les événements (deuils, chômage, reconversions, divorce, accidents, maladies, psychothérapie...). Tous ces facteurs peuvent affecter plus ou moins profondément l'identité corporelle et sexuelle, l'image et l'estime de soi. Ils provoquent quelquefois une véritable crise de l'identité, jusqu'à bouleverser totalement la perception de soi du sujet.

Le vieillissement s'accompagne de transformations dans l'apparence physique, dans les capacités de l'individu, dans son statut social qui réagissent sur le sentiment qu'il a de lui-même mais aussi sur l'image que les autres s'en font. L'accession à la retraite, surtout si elle s'accompagne d'un retrait de l'engagement et des rôles sociaux, peut, dans nos sociétés, remettre en cause l'identité des intéressés et surtout des hommes (L'Écuyer, 1980). Il y a donc souvent chez les personnes âgées une tendance à un sentiment de dévalorisation de soi (Ziller, 1973).

Ainsi la quête de l'identité apparaît bien comme un processus toujours inachevé et toujours repris, marquée par des ruptures et des crises, jusqu'à ce que le mot fin vienne en fixer plus ou moins arbitrairement le terme.

## 3 CONCEPTS ET MÉTHODES

---

Nous avons abordé successivement le thème de l'identité dans une perspective historique, à travers les différentes recherches qu'il a suscitées ; puis, dans une perspective génétique, en nous efforçant de suivre la formation du sentiment d'identité dans ses moments clés et ses mécanismes fondamentaux. À ce stade, il est peut-être utile de revenir sur la notion même d'identité pour en réexaminer les conceptions majeures de façon critique.

### 3.1 Une notion idéologique ?

Mais avant de s'engager dans cette voie, il est nécessaire d'envisager une question préalable : la notion d'identité peut-elle devenir un concept ? N'est-elle pas, du fait qu'elle appartient au langage courant, entachée d'idéologie ? Cette question est soulevée, par exemple, par P. Malrieu (1980) qui lui apporte une réponse nette : « La notion psychologique d'identité a un caractère idéologique. » Elle est utilisée pour lui chaque fois qu'un sujet (ou un groupe) se sent intérieurement divisé, éprouve des blocages consécutifs à des contradictions internes qu'il ne peut pas objectiver. C'est en réaction contre l'angoisse qui résulte de ce sentiment que la notion d'identité vient symboliser une recherche d'unité qui doit mettre fin aux divisions, aux contradictions et aux incertitudes :

La construction de la représentation d'identité apparaît donc comme un processus de défense, sans qu'on prenne conscience des sources de cette défense, et cet arrière-plan inconscient est justement ce qui lui confère son caractère idéologique (1980, p. 39).

Il semble bien que P. Malrieu décrive là un mécanisme incontestable et important pour éclairer certaines fonctions de la notion d'identité. L'observa-

tion montre en effet que c'est lorsqu'un individu (ou un groupe) traverse une crise, se sent remis en cause ou est à la recherche d'une unité et d'une cohésion qu'il se pose le problème de son identité. Au niveau psychologique, on a vu qu'une fonction essentielle du sentiment d'identité est d'assurer à l'individu le sens d'une intégration et d'une continuité face à la multiplicité réelle des rôles, des attitudes, des sentiments et aux transformations des âges et des événements ; l'affirmation de l'identité de soi tend alors à masquer cette diversité. On peut donc effectivement parler là d'une fonction idéologique au sens où la définit P. Malrieu.

Pendant ne faut-il pas distinguer la fonction du recours au thème de l'identité (pour un sujet ou un groupe) de la notion d'identité telle que la psychologie peut l'élaborer ? Cette notion a pour but de désigner un phénomène, mais n'a pas nécessairement, en tant que notion, les caractéristiques de ce phénomène. Le psychologue qui l'utilise peut ne pas adhérer aux connotations qu'elle revêt pour le sujet. C'est pourquoi la notion d'identité ne semble pas, par elle-même, plus idéologisée que la plupart des notions utilisées dans les sciences humaines (mais éventuellement son usage peut l'être). C'est justement en essayant de préciser sa définition et sa portée qu'on peut tendre à lui donner un statut conceptuel.

Il faut cependant reconnaître que les concepts eux-mêmes, au moins en sciences humaines, ne sont pas dégagés de toute idéologie. La façon, par exemple, dont le cognitivisme fait du soi une structure purement individuelle, résultant pour l'essentiel d'un traitement rationnel de l'information, n'est pas très éloignée du modèle de l'*homo æconomicus*, porté par l'idéologie libérale telle qu'elle triomphe aujourd'hui aux États-Unis et, sous leur influence, à l'intérieur du mouvement de mondialisation.

Si l'on veut donc éviter de conférer à la notion d'identité une valeur idéologique, il faut tout de suite indiquer qu'elle ne peut être ramenée à une seule dimension, à un seul schème théorique et qu'elle ne désigne pas une réalité substantielle (une sorte d'équivalent psychologique de l'âme), mais un processus cognitivo-affectif par lequel le sujet s'appréhende lui-même dans son individualité et la *structure psychique* qui résulte de ce processus. J.-P. Codol l'analyse comme un « invariant plastique » (à la fois structurel et dynamique) qui gère et génère les informations sur soi et les transformations induites par les situations rencontrées et les étapes du développement... Cette acception du terme se retrouve, par exemple, dans la définition proposée par P. Mussen (1980, p. 13) :

L'identité est une structure mentale composée, ayant des caractères à la fois cognitifs et affectifs, qui comprennent la perception de l'individu par lui-même en tant qu'être distinct, conforme à lui-même, séparé des autres.

Mais, plus qu'une structure mentale, réduite à la seule perception de soi, l'identité peut être envisagée davantage comme un processus dynamique et relationnel où interviennent simultanément des mécanismes inconscients,

des mouvements d'assimilation et de différenciation, des modèles culturels et sociaux et des fonctions cognitives.

C'est à partir de cette perspective « multiréférentielle » que je voudrais procéder à un examen critique des positions cognitivistes sur la notion de soi, positions qui tendent à devenir dominantes aujourd'hui. Cette critique doit permettre à la fois de préciser mes propres orientations et de proposer une conception « systémique » et « intégrative » de la notion d'identité.

## 3.2 Les postulats du cognitivisme

Les recherches cognitives sur le soi sont très nombreuses et sont loin de constituer une théorie homogène. Il s'agit ici de mettre en lumière les présupposés de base communs qui les sous-tendent, au-delà de leurs différences.

### 3.2.1 *Le soi comme structure cognitive*

Un premier postulat est que le soi est une « structure cognitive ». Cette structure est constituée d'unités d'informations reliées les unes aux autres par des interconnexions stables. Cette idée sous-tend les conceptions du soi comme « prototype cognitif » (T.B. Rogers, N.A. Kruper...) activé lorsque les individus ont à traiter des informations les concernant ; on la retrouve dans la notion de « schéma de soi » (*self-schemas* de H.R. Markus...), ensemble de connaissances génériques sur soi organisant le traitement des informations relatives à soi ; ou encore dans la conception du soi comme « réseau associatif en mémoire » (G.H. Power, S.G. Gillyan...) reliant à la fois des « connaissances épisodiques » (relatives à l'enregistrement d'événements autobiographiques) et des « connaissances sémantiques » (relatives aux attributs que le sujet considère comme auto-descriptifs).

Ces différentes notions tendent à concevoir le soi comme une structure cognitive, mais qui plus est, ramènent généralement celle-ci à un ensemble de traits auto-descriptifs, à une sorte de « structure de liste » énumérant les traits considérés comme caractéristiques de soi. Cela débouche sur une conception substantialiste et fixiste du soi à laquelle j'opposerai tout à l'heure une conception processuelle et dynamique permettant à la fois de rendre compte des aspects de stabilité mais aussi de changement.

Le matériel expérimental implique d'ailleurs très souvent des listes de traits préétablis parmi lesquels le sujet doit choisir ceux qui lui semblent auto-descriptifs ; cette méthode est fortement inductrice et amène à trouver à l'arrivée ce qui était implicitement posé au départ à travers le matériel

utilisé<sup>1</sup>. On peut se demander si on ne construit pas ainsi des artefacts, ce qui expliquerait d'ailleurs l'inconsistance des résultats constatés qui varient fortement selon les tâches expérimentales. Ainsi, par exemple, T.B. Rogers a cru mettre en évidence un « effet de référence à soi », montrant qu'il y a une plus grande mémorisation et évocabilité des connaissances relatives à soi. Mais cette thèse a été contestée et, en utilisant des tâches expérimentales différentes, d'autres recherches ont prétendu établir qu'il n'y a pas de spécificité de traitement des informations relatives à soi (ce qui semble pourtant en contradiction avec l'expérience quotidienne la plus évidente, hors laboratoire).

Ce qui nous amène au second postulat : le fait que le traitement cognitif des informations sur soi ne diffère pas fondamentalement du traitement cognitif des autres informations sur d'autres objets.

### 3.2.2 *Le soi est un objet comme un autre*

Ce postulat est explicitement posé, par exemple, par J.-P. Codol ; c'est pourquoi je m'appuierai sur l'un de ses textes (1980).

J.-P. Codol (1980, p. 154) propose donc l'hypothèse selon laquelle ce soi est appréhendé comme n'importe quel objet : « L'idée première, c'est que la façon dont un individu s'appréhende cognitivement lui-même met en œuvre des processus de même nature que ceux qui régissent toute appréhension cognitive. » On peut essayer de suivre pour un temps cette hypothèse, même s'il sera nécessaire d'envisager aussi, dans un second temps, en quoi la perception de soi est radicalement différente de celle des objets (thèse phénoménologique).

Codol retient trois éléments qui lui semblent essentiels dans la perception de l'objet : la détermination des différences spécifiant cet objet parmi les autres ; une certaine permanence et cohérence de l'objet considéré ; une appréciation de la valeur de cet objet. On peut retrouver effectivement ces caractéristiques dans la perception de soi.

En effet, le sentiment d'identité implique d'abord la conscience de soi comme être spécifique, différent des autres individus, et donc la capacité de distinguer ce qui est soi et ce qui ne l'est pas<sup>2</sup>. Dans ce sens, comparaison et distinction sociale sont inhérentes à la notion même d'identité.

---

1. Il règne souvent à cet égard une relative confusion : ainsi D. Martinot (1995, p. 133) propose de distinguer un « concept de soi spontané » (celui que donne spontanément le sujet) et un « concept de soi objectif » (celui qui est mesuré sur des dimensions préalables fixées par le chercheur et proposées au sujet) ; mais on ne voit pas en quoi répondre à un questionnaire ou choisir des listes de traits serait plus « objectif » que de se décrire spontanément ; les deux démarches relèvent de l'introspection : l'une étant « non structurée » (plus que spontanée), l'autre « pré-structurée ».

2. On verra cependant plus loin que, pour sembler évidente, cette distinction n'est pas aussi claire puisqu'autrui est de toute part présent à l'intérieur de la conscience de soi.

Le second élément est la permanence de l'objet, la perception de soi comme identique à soi-même à travers l'espace, le temps et les situations. En effet, quel que soit le cadre où je me trouve et quels que soient les événements et les transformations qui m'affectent, je m'éprouve toujours comme la même personne (à part, bien sûr, les cas de « confusion mentale », de « dépersonnalisation », qui sont justement considérés comme pathologiques puisqu'ils entraînent une désorganisation de ce sentiment).

### 3.2.3 Ipse et idem

Ces deux premiers éléments sont étroitement liés l'un à l'autre par la notion d'objet ; mais, en toute logique, ils devraient être distingués, comme le fait, par exemple, le philosophe P. Ricœur dans une perspective phénoménologique (Ricœur, 1990). Car, à travers le premier, l'identité signifie l'*ipséité*, c'est-à-dire l'unicité, la singularité et la spécificité de chaque individu ; et à travers le second, c'est l'identité à soi-même (*idem*) qui est affirmée et donc, essentiellement, la permanence dans le temps. Dans le premier cas, on a à faire à une identité « numérique » ; dans le second, à une identité « qualitative ».

Ces deux acceptions ne sont pas réductibles l'une à l'autre, même si elles interfèrent dans la subjectivité du sujet. Cette interférence se manifeste, comme l'avance Paul Ricœur, dans ce qu'on appelle le caractère. Il s'agit de l'ensemble des marques psychologiques distinctives propres à un individu et dotées d'une certaine stabilité situationnelle et temporelle. Le caractère est constitué en effet des dispositions durables à quoi on reconnaît une personne ; ces dispositions naissent d'habitudes acquises, de modes de réaction répétitifs qui viennent se sédimenter chez l'individu sous forme de traits de caractère. De cette façon, l'histoire tend à se transformer en structure<sup>1</sup>. « C'est cette sédimentation qui confère au caractère la sorte de permanence dans le temps que j'interprète ici, écrit P. Ricœur, comme recouvrement de l'*ipse* par l'*idem* » (1990, p. 146). Ce recouvrement est le fait du sujet mais aussi de la perception d'autrui qui peut s'exprimer dans des énoncés du type : « C'est bien lui... toujours le même, il n'a pas changé », manifestant que le sujet est identifié à certaines attitudes et certaines formes de comportement. Le cognitivisme en semblant réduire le soi au caractère (comme ensemble de traits auto-descriptifs) ne néglige-t-il pas sa dimension d'*ipséité* ? Ne suppose-t-il pas aussi que le sujet est transparent à lui-même ?

1. On peut retrouver là, bien que dans une perspective différente, la notion de « cuirasse caractérielle » élaborée par Wilhelm Reich (1973) qui attribuait au caractère une dimension corporelle fondamentale, largement négligée d'ailleurs par les approches cognitivistes.

### 3.2.4 La valeur du soi

Le troisième élément est que le soi est doté pour soi d'une valeur, distincte de celle conférée à autrui. D'abord parce que c'est, même inconsciemment, la valeur centrale autour de laquelle chaque individu organise son rapport au monde et aux autres (dans ce sens, le soi est nécessairement « ego-centrique »). Ensuite parce que les notions mêmes de différenciation, de comparaison et de distinction, inhérentes, comme on vient de le voir, au concept d'identité, entraînent logiquement comme corollaire le souci d'une *valorisation* de soi par rapport à autrui. La valorisation peut même apparaître comme l'un des ressorts fondamentaux du comportement et de la vie sociale (aspect qu'Erving Goffman (1973) a mis en lumière à travers la notion de face).

Il semble donc que le soi, lorsqu'on l'aborde en extériorité et dans ses caractéristiques les plus simples, puisse être appréhendé comme n'importe quel objet et en revêtir les attributs essentiels.

Ainsi, pour résumer, peut-on ramener les postulats de base du cognitivisme sur le Soi, schématiquement évoqués ici, à quelques propositions essentielles, fortement reliées entre elles :

- le soi est un phénomène de connaissance assimilé à l'organisation et au traitement des informations relatives à soi ;
- c'est donc une structure cognitive stable et objectivable qui permet la reconnaissance, le stockage, l'interprétation et le rappel des informations sur soi ;
- ces informations sont traitées selon les mêmes mécanismes cognitifs que les autres types d'informations ; le soi est un objet comme les autres.

Face à ces postulats, je voudrais proposer trois thèses qui en prennent, en quelque sorte, le contre-pied :

- le soi n'est pas seulement, ou pas essentiellement, un phénomène de connaissance, mais un phénomène d'expérience, expérience subjective et vécue de sa propre existence ;
- plus qu'une structure stable et objectivable, le soi est un processus subjectif et dynamique qui tend à introduire une régulation, une cohésion et une continuité dans l'expérience changeante de soi ;
- le soi ne peut être un objet pour soi ou, en tout cas, un objet comme les autres.

Pour étayer ces trois thèses, je me placerai dans une perspective phénoménologique. Pourquoi ce choix ? Parce que c'est la perspective qui, à mon sens, peut apporter la réflexion la plus approfondie sur les phénomènes de conscience, sur la subjectivité et l'expérience de soi. La référence ici à la phénoménologie désigne moins un auteur ou une école précise qu'un

courant issu de la philosophie (et marqué notamment par les œuvres de Husserl et de Heidegger) et qui s'est prolongé dans la psychologie existentielle (K. Jaspers, L. Binswanger, J.-P. Sartre, M. Merleau-Ponty, A. Maslow, C. Rogers, R. Laing...).

### 3.3 L'approche phénoménologique

Le point commun à toutes ces démarches (qui peuvent présenter par ailleurs des différences importantes) est de donner la primauté, par rapport à toute approche objectiviste, à l'*expérience vécue* du sujet. Elles tendent donc à réhabiliter la capacité de la conscience à la connaissance d'elle-même ou du moins à faire de la conscience le point de départ de tout projet de connaissance.

La phénoménologie se présente comme l'étude des « phénomènes », le retour « aux choses mêmes » à l'expérience subjective, débarrassée des « vêtements d'idées » (Husserl) et des interprétations qui lui font écran. Elle part du constat que tout objet n'existe qu'à travers une conscience qui le saisit. Le phénomène est donc la façon dont l'objet apparaît à la conscience, et, pour Sartre, la phénoménologie remplace « la réalité de la chose par l'objectivité du phénomène » (1943, p. 13). Cela ne veut pas dire que l'objet se réduise à la façon dont il est saisi par la conscience : « Ce qui paraît, en effet, c'est seulement un *aspect* de l'objet et l'objet tout entier est dans cet aspect et tout entier hors de lui » (*ibid.*). Tout entier dedans parce que c'est dans cet aspect qu'il se manifeste, qu'il existe pour la conscience ; mais tout entier dehors, en même temps, parce que la série potentielle des aspects de l'objet n'est jamais présente à la conscience, la totalité de cet objet lui échappe (ainsi le soi est la conscience que j'ai de moi à tel instant, dans telle situation ; mais en même temps, il déborde cette conscience immédiate pour englober la totalité virtuelle des différentes expériences de soi).

Puisque la conscience, qui est toujours conscience de quelque chose (ce que la phénoménologie appelle son « intentionnalité ») est au fondement de toute connaissance, avant de prétendre construire le soi comme objet, il convient d'étudier la façon dont cet objet apparaît à la conscience. C'est dans ce sens que la phénoménologie, loin d'être une démarche anti-rationaliste, se veut au contraire le point de départ nécessaire pour fonder les différentes formes de rationalité. Elle prend au sérieux le fait que la conscience est l'origine de toute signification, qui réside dans le lien d'intentionnalité reliant le sujet à l'objet.

Ainsi, la démarche phénoménologique passe par une psychologie descriptive de l'expérience subjective ; non pas dans le sens où cette expérience serait la finalité ultime (et close sur elle-même) de sa démarche ; mais dans le sens où l'être de l'objet n'est saisissable qu'à travers la façon dont il est

donné à la conscience (où il apparaît comme chose, mais aussi comme valeur et comme signification) et à travers les modalités par lesquelles elle le vise : « Si la théorie de la connaissance veut étudier les problèmes des rapports entre la conscience et l'être, elle ne peut alors avoir devant les yeux que *l'être comme corrélât de la conscience*, comme quelque chose de visé d'après la manière de la conscience » (Husserl, 1955, p. 67). La connaissance des « manières » qu'a la conscience de connaître est donc le fondement de toute connaissance rigoureuse.

Il faut conclure de cela que l'objet est toujours contingent (c'est-à-dire construit à partir d'apparences successives), alors que le vécu résultant de la conscience de soi est un *absolu*. Cela ne veut pas dire que ce vécu est saisi adéquatement par la conscience dans sa plénitude et la totalité de ses significations potentielles, mais qu'il s'impose comme existence indubitable :

Le flux du vécu, qui est mon flux, celui du sujet pensant, peut être aussi largement qu'on veut non appréhendé, inconnu quant aux parties déjà écoulées et restant à venir, il suffit que je porte le regard sur la vie qui s'écoule dans sa présence réelle et que dans cet acte je me saisisse moi-même comme sujet pur de cette vie, pour que je puisse dire sans restriction et nécessairement : *je suis*, cette vie est, *je vis* : *cogito* (Husserl, 1963, p. 85).

Cependant, la certitude du vécu (« aucun vécu donné « en personne » ne peut ne pas être », *ibid.*) ne garantit pas l'adéquation de ce vécu à la situation vécue et la certitude de la connaissance qu'il induit<sup>1</sup>. Faut-il alors renoncer à l'idée d'une connaissance objective des faits psychiques ? Pour la phénoménologie, elle ne peut s'atteindre en transformant la conscience, ou les conduites, en objets car la conscience ne peut être un objet de la nature (ce qui serait le point de vue objectiviste et positiviste) puisque la nature se manifeste elle-même comme corrélât de la conscience. L'objectivité de la nature n'est que le produit d'une visée intentionnelle de la conscience qui confère à celle-ci un sens d'objectivité (car tout sens est fondé dans la conscience en tant que donatrice de sens). Mais l'objectivité ne naît pas seulement de l'activité de la conscience isolée ; elle découle aussi de l'accord d'une pluralité de conscience, et donc de l'intersubjectivité.

### 3.3.1 De l'introspection à la réflexion

La phénoménologie, dans le champ de la conscience de soi, se ramène-t-elle alors à l'introspection ?

1. En termes psychologiques, on pourrait dire que le sujet peut « projeter » sur la situation certaines caractéristiques personnelles, ou encore qu'entre l'expérience vécue et la conscience peuvent s'introduire des déformations dues aux mécanismes de défense (*cf.* la notion d'incongruence chez Rogers) ou encore que des biais cognitifs interviennent dans la perception de la situation.

On peut penser d'abord, avant de répondre à cette question, que le discrédit jeté sur l'introspection demanderait à être révisé. S'il s'explique pour des raisons historiques (la psychologie en rompant avec elle, souhaitait se fonder comme science objectiviste), il n'est peut-être pas, sur le fond, aussi justifié qu'on a tendu à l'admettre. Il faudrait certainement prendre en compte l'apport irremplaçable de l'introspection à une connaissance de la subjectivité (et le fait que bien des hypothèses explorées par la psychologie viennent souvent de l'introspection)<sup>1</sup>.

L'introspection repose cependant, comme le montre J.-F. Lyotard (1986, p. 40), sur certains postulats : le vécu de la conscience constitue par lui-même un savoir de la conscience sur elle-même. Ce vécu est transparent à la conscience et se donne immédiatement avec son sens. Ce vécu est pure intériorité et se distingue radicalement des faits extérieurs, objets des sciences de la nature. Il est strictement individuel dans le sens où il est vécu d'un individu singulier et vécu singulier de cet individu. Enfin, l'introspection affirme le caractère contingent de la subjectivité qui, en raison du principe précédant, ne peut faire l'objet que d'une approche descriptive et échappe à toute loi.

Tout en étant en accord avec certains de ces postulats, la phénoménologie s'en écarte sur plusieurs points. Elle distingue conscience de soi et connaissance de soi (la « connaissance de soi par soi est indirecte, elle est une construction ; il me faut déchiffrer ma conduite, comme je déchiffre celle de l'autre » écrit M. Merleau-Ponty<sup>2</sup>). Elle distingue ainsi la réflexion de l'introspection ; la réflexion est rétention et reprise descriptive de l'expérience vécue ; antérieure cependant à toute rationalisation, afin d'en dégager la signification (qui peut être distincte du sens immédiat que lui confère la conscience immergée dans le vécu).

Ensuite, la phénoménologie relativise la coupure entre l'intérieur et l'extérieur ; si la conscience est intentionnalité et conscience de quelque chose, elle est fortement « entrelacée » avec le monde ; elle est rapport du sujet à une situation « étant bien entendu que ce rapport n'unit pas deux pôles isolables à la rigueur mais au contraire que le moi comme la situation n'est définissable que dans et par ce rapport » (Lyotard, 1986, p. 53). Il ne s'agit donc pas de rattacher la signification à l'un des pôles de ce rapport puisque c'est la relation elle-même qui donne sens aux deux pôles qu'elle unit (ainsi la conscience de soi apparaît en liaison avec une situation et le sens qu'elle prend n'est ni dans la conscience ni dans la situation, mais dans le lien qui unit la conscience à la situation : le fait de percevoir, par exemple, celle-ci comme dangereuse induit le sentiment d'un soi menacé. Mais inversement, les menaces ressenties à l'intérieur du soi sont projetées sur l'extérieur et suscitent la perception d'une situation menaçante ; il y a donc

1. Cf. l'apport de P. Diel à la démarche introspective (1991).

2. Cité par Lyotard, 1986, p. 50.

interaction profonde entre la conscience de soi et le contexte dans lequel le soi est engagé)<sup>1</sup>.

### 3.3.2 *Le soi comme processus temporel*

Enfin, pour la phénoménologie, la subjectivité n'est pas pure contingence réduite à la conscience de l'instant. Elle se situe dans une temporalité. La conscience tend à englober l'instant présent dans une expérience passée et dans une ouverture vers l'avenir. Je ne me perçois pas seulement à partir de la conscience que j'ai de moi dans l'instant mais comme je ressens avoir été et comme je souhaite devenir (à chaque instant, je compare spontanément mon expérience présente à mes expériences passées et à ce que j'anticipe du futur). La conscience de soi est donc aussi conscience d'une totalité, mais d'une totalité jamais achevée et toujours insaisissable. Elle est processus (l'effort de totalisation) plus qu'objet (comme totalité effective).

Ainsi la conscience de soi est d'abord une quête de soi, une tentative pour s'élever au-dessus des situations immédiates pour se percevoir comme sujet engagé dans une temporalité et un projet existentiel<sup>2</sup>.

Ainsi la démarche phénoménologique tout en prenant appui sur l'introspection ne se confond pas avec elle. Dans les phénomènes qu'elle aborde, elle s'efforce de restituer et de décrire finement l'expérience vécue du sujet en s'assurant que cette description porte bien sur sa conscience concrète et spontanée et non sur ce qui en serait un substitut plus ou moins objectivé introduit par le chercheur à partir de ses conceptions, de ses modèles ou de ses techniques. Dans la saisie de ce vécu, le psychologue doit faire abstraction de ses propres jugements et interprétations (car ceux-ci font partie de son expérience à lui et non de celle du sujet) : ils ne peuvent que faire écran à la description du vécu subjectif ; comme le souligne bien R. Laing :

Les inférences que l'on fait concernant l'expérience de l'autre, à partir des perceptions réelles et immédiates qu'on a de ses actes font partie de la catégorie des actes d'attribution (1971, p. 31).

Il s'agit de donner la parole au sujet pour lui permettre d'exprimer sa propre expérience (projet qui a guidé Rogers dans l'élaboration des notions d'entretien non directif et d'empathie). Mais il faut aussi avoir conscience qu'à partir du moment où il exprime cette expérience à quelqu'un, et l'expé-

- 
1. Cette conception phénoménologique du soi peut se retrouver dans la « psychologie existentielle », et notamment dans la « *gestalt-therapy* » de F. Perls.
  2. C'est ce qui rend possible la pratique d'une « analyse existentielle » à travers laquelle le sujet, avec le soutien du thérapeute, peut approfondir et élargir sa conscience de soi et « devenir ce qu'il est ». Cf. in Marc, 2000, les rubriques « Psychologie existentielle » et « Psychologie humaniste ».

rience exprimée, et l'écoute – même la plus neutre – appartiennent au domaine de l'intersubjectivité<sup>1</sup>.

À partir du moment où elle est l'objet d'une démarche d'observation et de compréhension, la conscience de soi s'inscrit nécessairement dans un espace intersubjectif. Au lieu d'occulter ce fait à travers la fiction d'une « neutralité » et d'une « absence » de l'observateur, il convient au contraire de le prendre pleinement en compte et de considérer l'intersubjectivité comme l'espace même où se fonde et s'appréhende le soi<sup>2</sup>.

### 3.3.3 *Le soi ne peut être un objet*

La conscience de soi exclut radicalement toute objectivité : « Je suis celui qui ne peut pas être objet pour moi-même, comme le souligne Sartre, celui qui ne peut même pas concevoir pour soi l'existence sous forme d'objet » (1943, p. 287). Cette impossibilité n'est pas le résultat d'un manque de distance, d'une limite de la connaissance ou d'une prévention intellectuelle ; elle résulte de la définition même de l'objectivité : est objet ce qui est extérieur à soi, ce qui n'est pas soi. « Si même je pouvais tenter de me faire objet, déjà je serais moi au cœur de cet objet que je suis et du centre même de cet objet, j'aurais à être le sujet qui le regarde. » Le soi ne peut être objet qu'aux yeux d'autrui ou en portant sur lui le regard d'autrui. Mais justement autrui ne peut avoir sur soi le même regard que soi ; l'objet qu'il saisit est radicalement autre que la conscience de soi du sujet : « Je suis aussi incapable de me saisir pour moi comme je suis pour autrui que de saisir ce qu'est autrui pour soi à partir de l'objet-autrui qui m'apparaît » (*idem*).

Ainsi la perception de soi reste irréductiblement un phénomène subjectif de conscience, différent par nature de la connaissance de l'objet. *Elle est fondamentalement un phénomène existentiel d'expérience* ; elle se confond avec l'expérience d'exister. La conscience de soi est constitutive du soi comme le mode même de son existence. Elle est présence à soi, surgissement et non-conscience d'un objet extérieur qui en serait en quelque sorte la substance. Si l'expression « conscience de soi » suggère un décollement par

1. Notons à ce propos que le phénomène de l'intersubjectivité, central en psychologie, reste largement une terre inexplorée et que, par exemple, la notion d'« empathie » à laquelle le psychologue est obligé souvent d'avoir recours reste relativement opaque, faute d'avoir fait l'objet d'une analyse précise.
2. Il convient cependant de souligner que toutes ces réflexions ont un caractère largement programmatique. Il existe très peu de recherches psychologiques sur l'identité comme sur la conscience de soi inspirées par la phénoménologie. L'Écuyer (1978, p. 41) a raison de parler de recherches « phénoménales » pour désigner certains travaux qui ne répondent que de très loin à la démarche phénoménologique. Les tentatives les plus intéressantes (mais non systématiques) ont été, à mon sens, celles de C. Rogers et de R. Laing. On peut se demander, d'ailleurs, si ce n'est pas dans certaines formes d'écriture autobiographiques (et notamment dans le journal intime) que l'on trouverait les meilleures expressions d'une phénoménologie de soi

rapport à soi, une certaine dualité, c'est une dualité particulière. Car, du fait que le soi n'est pas une substance mais un processus dynamique de totalisation, que c'est une totalité visée mais jamais atteinte, le sujet ne peut pas non plus ne pas être soi, se faire autre que soi :

Le soi représente donc une distance idéale dans l'immanence du sujet par rapport à lui-même, une façon de ne pas être sa propre coïncidence, d'échapper à l'identité tout en la posant comme unité, bref d'être en équilibre perpétuellement instable entre l'identité comme cohésion absolue sans trace de diversité et l'unicité comme synthèse d'une multiplicité (p. 115).

On retrouve là la conjonction que soulignait P. Ricœur entre l'*ipse* (l'identité cohésive) et l'*idem* (l'identité comme synthèse et continuité).

L'identité est donc au cœur de la conscience de soi, comme un possible, un projet d'identification absolue et toujours hors d'atteinte, comme absence et comme manque. Dans ce sens, elle représente la visée fondamentale de l'être, ce qui « aimante » son existence (devenir ce que je suis).

C'est pourquoi identité et valeur sont coextensives ; la valorisation n'est pas une caractéristique ajoutée à l'identité ; c'est son essence même. Car l'identité est ce qui habite la conscience de soi, comme ce vers quoi elle tend : « La valeur suprême vers quoi la conscience se dépasse à tout instant par son être même, c'est l'être absolu du soi, avec ses caractères d'identité, de pureté, de permanence, etc., et en tant qu'il est fondement de soi » (p. 132). Se sentir totalement soi et habité pleinement par le sentiment de sa valeur, pourrait-on dire. Toute conscience de soi est hantée par sa valeur comme le sens hors d'atteinte de ce qu'elle vise et de ce qui lui manque (ce que l'on pourrait mettre en rapport avec les notions de moi idéal et d'idéal du moi).

Le sentiment d'identité se trouve donc dans la position paradoxale d'être au fondement de soi (la conscience de soi repose sur le sentiment d'identité à soi-même) et en même temps hors de soi (comme mirage poursuivi et insaisissable).

Ainsi le soi n'est jamais pour soi un objet comme les autres. Même dans l'introspection et la réflexion qui constituent des démarches de prise de distance et d'objectivation, il ne constitue qu'un quasi-objet ; la conscience de soi y cherche à se reprendre elle-même comme totalité ; mais cette totalité n'est que l'image virtuelle incertaine d'une tentative de totalisation toujours reprise et toujours inachevée essayant de ressaisir la multiplicité infinie des expériences et s'efforçant à partir du présent d'englober le passé et d'anticiper l'avenir. C'est donc une illusion naïve de penser que je peux répondre à la question « Qui suis-je ? » en cochant une dizaine d'adjectifs dans une liste de traits.

### 3.3.4 *La conscience pour-autrui*

La conscience de soi revêt deux modalités radicalement distinctes, même si elles sont étroitement intriquées (autre apport décisif de Sartre dans *L'Être et le Néant*) : « pour-soi » et « pour-autrui ».

Sartre prend comme exemple l'expérience de la honte ; il montre que même éprouvée dans la solitude, elle est « honte devant quelqu'un ». Ce quelqu'un, autrui, a un statut particulier, différent lui aussi de celui des objets. Il est à la fois hors de moi et en moi. Hors de moi car autrui existe comme distinct de moi ; il est ce que je ne suis pas et je suis ce qu'il n'est pas. Mais autrui est aussi en moi par l'intériorisation de sa présence. Ainsi, la présence d'autrui n'est pas un objet de connaissance externe mais une donnée intuitive et immédiate de la conscience de soi.

C'est dans le phénomène du regard que la signification profonde de la relation à autrui peut le mieux s'appréhender : « Il suffit qu'autrui me regarde pour que je sois ce que je suis », c'est-à-dire pour susciter en moi mon « être-pour-autrui ». Mais le regard d'autrui tend à me percevoir comme corps et donc à m'objectiver ; à travers lui, je me saisis comme objet inconnu d'appréciations inconnaissables, sans que je puisse agir vraiment sur ces appréciations. Mon corps est là non seulement en tant que vécu subjectif, mais aussi en tant qu'objet de points de vue que je ne peux pas prendre et qui m'échappent ; il est ce perpétuel « dehors » de mon « dedans » le plus intime ; car seul l'autre peut me voir « tel que je suis » pour autrui et me transmettre éventuellement cette vision par le langage. Il faut donc se résigner à se voir par les yeux d'autrui et à apprendre son être par les révélations du regard et du langage de l'autre. Cette réflexion de Sartre rejoint celle, déjà citée, de D. Winnicott, quand il souligne le rôle fondamental du regard de la mère dans la construction du *Self* : « Que voit le bébé quand il tourne son regard vers le visage de la mère ? Généralement ce qu'il voit c'est lui-même... » (1975, p. 155). Le bébé « découvre » donc son identité, ce qu'il est, dans le regard porté sur lui par sa mère.

L'objectivité de mon corps pour autrui n'est pas objet pour moi ; elle est ce qui m'échappe et que j'éprouve dans le malaise. C'est en cela que le regard d'autrui me fait objet et m'aliène, que je le soutienne dans la honte, la crainte ou la fierté. Mais ce ne sont pas vraiment ses yeux qui me voient : c'est plutôt autrui comme sujet, présence à la limite indifférenciée et intériorisée ; car « perpétuellement, où que je sois, on me regarde » (p. 329). Je me sens toujours sous le regard d'autrui car ce regard est présent dans ma propre conscience (« L'œil était dans la tombe et regardait Caïn »).

Autrui est donc présent de toute part à ma conscience et la traverse tout entière ; et je ressens comme mien le moi-objet que je suis sous le regard de l'Autre :

Ainsi mon être-pour-autrui, c'est-à-dire mon moi-objet, n'est pas une image coupée de moi et végétant dans une conscience étrangère : c'est un être parfaitement réel *mon* être comme condition de mon ipséité en face d'autrui et de l'ipséité d'autrui en face de soi. C'est mon *être-dehors* : non pas un être subi et qui serait lui-même venu de dehors mais un dehors assumé et reconnu comme mon dehors (p. 333).

On pourrait parler, en termes plus psychologiques, d'identification à l'image de soi renvoyée par le miroir d'autrui (et notamment, comme on l'a vu, le regard de la mère mais aussi et, plus tard, du père, des frères et sœurs, des proches, des professeurs, etc.).

### 3.3.5 *Soi intime/soi social*

Ainsi le soi, l'identité subjective, présente deux faces qui appartiennent toutes deux à la conscience de soi mais sous des modalités différentes : une face « intérieure » qui est l'identité pour-soi et une face « extérieure » qui est l'identité pour-autrui ; cette identité extérieure n'est pas l'image qu'a de moi autrui ; elle est mon image de moi lorsque je me sens sous le regard d'autrui (que ce regard soit réel ou intériorisé).

Ces deux modalités ne sont pas symétriques et équivalentes : l'identité pour soi est une identité pré-réflexive, définie comme présence à soi ; elle correspond à ce que l'on a désigné en psychologie comme sentiment, perception de soi, c'est ce qu'on peut nommer identité ou *soi-intime*.

L'identité pour autrui relève d'une posture d'objectivation ; elle implique une prise de distance et un jugement sur soi, saisi comme quasi-objet ; elle suppose la médiation d'un regard :

Or autrui est le médiateur indispensable entre moi et moi-même : j'ai honte de moi tel que j'apparais à autrui. Et par l'apparition même d'autrui, je suis mis en mesure de porter un jugement sur moi-même comme sur un objet, car c'est comme objet que j'apparais à autrui (Sartre, *L'Être et le néant*, p. 266).

Mais cette identité n'est pas une simple image dans l'esprit d'un autre. Sinon elle ne me « toucherait » pas autant ; je la fais mienne, je la reconnais et m'identifie à elle (la honte manifeste que je reconnais être comme autrui me voit). Elle peut difficilement faire l'objet d'une comparaison avec la façon dont je me perçois moi-même, avec l'identité pour soi ; les deux termes sont trop étroitement intriqués comme les deux faces d'une bande de Moebius, à la fois différentes et indistinctes (l'identité pour soi étant dès l'origine fortement tributaire de l'identité pour autrui). Elle est une identité qui, tout en apparaissant face à autrui, ne réside pas en autrui mais dans ma propre conscience. Elle correspond, à mon sens, aux notions d'image de soi, représentation de soi, estime de soi. On peut la désigner comme identité sociale (dans un sens différent, notons-le, de celui qui est donné habituellement à cette expression).

La distinction entre « soi intime » et « soi social » (dont il faut bien souligner qu'elle ne correspond pas à la séparation de deux objets différents mais aux faces d'un même phénomène), apparaît fondamentale dans l'expérience vécue ; elle ne résulte pas d'abord d'une construction théorique (même si elle prend nécessairement cette forme à partir du moment où elle est conceptualisée) mais d'une observation et d'une analyse du vécu et de l'expression spontanée du sujet.

Telle est donc la façon dont la phénoménologie peut nous aider à interroger et à conceptualiser les notions de conscience de soi et d'identité. On pourrait objecter qu'il s'agit là d'une réflexion « philosophique », étrangère par nature à une psychologie se voulant « scientifique ». Il me semble d'abord que la démarche phénoménologique, notamment celle de Sartre (et c'est la raison pour laquelle je me suis appuyé sur elle) s'efforce de coller d'aussi près que possible à l'expérience empirique. On peut penser aussi que fait partie nécessairement du champ de la psychologie une réflexion critique sur les concepts qu'elle utilise ; à part si l'on adopte une vision positiviste simpliste qui penserait qu'elle ne s'occupe que de « faits », données immédiates de la réalité observable<sup>1</sup>. L'apport de la philosophie peut donc être un instrument fécond pour cette élaboration conceptuelle comme il l'est, plus largement, pour la réflexion épistémologique. Mais il doit être confronté à l'expérience empirique, s'il ne veut pas rester du domaine de la spéculation.

Je rappellerai cette réflexion déjà ancienne d'Abraham Maslow mais qui, pour moi, garde aujourd'hui l'essentiel de sa valeur :

Il est de première importance pour les psychologues que les existentialistes puissent apporter à la psychologie la philosophie de base qui lui fait actuellement défaut. Le positivisme logique a fait faillite surtout auprès des psychologues cliniciens et de ceux qui traitent la personnalité. De toute façon, on sera amené de nouveau à discuter les problèmes philosophiques fondamentaux et les psychologues cesseront sans doute de se fier à de fausses solutions ou à des philosophies inconscientes et incontrôlées<sup>2</sup>.

### 3.3.6 *Échapper au fétichisme de la méthode*

J'ai cherché à montrer comment un point de vue inspiré par la phénoménologie et la psychologie existentielle permettait d'interroger et de remettre en cause certains postulats de l'approche cognitive du soi. Ce faisant, je n'ai pas voulu introduire un clivage entre démarche objectiviste et démarche subjectiviste. Une telle opposition risquerait d'être stérile. Au contraire, je

1. Tout concept, loin d'être le reflet descriptif et neutre de cette réalité, comporte, même de manière implicite, des hypothèses théoriques qui appartiennent au moins autant aux conceptions du chercheur qu'aux caractéristiques de l'objet.

2. A. Maslow, in Allport *et al.*, 1971, p. 55.

pense que chacune a intérêt à se confronter à l'autre pour une mise à l'épreuve de ses présupposés et de ses résultats. C'est cette confrontation qui nous a permis de mieux cerner et d'approfondir certains aspects du concept de soi.

Ce n'est pas seulement, par exemple, la tentative d'objectivation du soi à travers la notion de *self-schema* qui pose problème. C'est le caractère fortement réducteur, simplificateur et fixiste de cette notion qui assimile soi et caractère et qui ramène la représentation de soi à un ensemble de traits auto-descriptifs (le plus souvent pré-structurés, de plus, par le chercheur).

Concevoir le soi sous forme de traits entraîne pour ceux-ci une généralisation et une invariabilité que contredit l'expérience quotidienne (je peux me sentir plein d'assurance tel jour et dans telle situation et mal assuré un autre jour et dans une autre situation ; je peux être autoritaire en famille et soumis dans le cadre professionnel, etc.<sup>1</sup>). On a le sentiment que la psychologie cognitive ne fait alors qu'entériner et « scientificiser » l'image naïve du sens commun d'un soi unifié, identique à lui-même dans le temps et les situations, image contredite par une attention un peu fine à l'expérience empirique. Lorsqu'on est attentif à cette expérience, on ne peut qu'être frappé par le caractère paradoxal du soi qui s'efforce de maintenir une cohésion et une conciliation entre des mouvements contradictoires : identité et altérité, assimilation et différenciation, unicité et pluralité, corps et conscience, permanence et changement... Fixer le soi sur l'un des pôles de ces contradictions, c'est le vider de son caractère dynamique, de sa fonction homéostatique et transformer un processus en objet (comme un « arrêt sur image » qui isole une figure de celles qui l'accompagnent et, surtout, supprime le mouvement).

Il y a dans les recherches cognitives mentionnées un contraste important entre le peu d'attention portée à une réflexion critique sur les concepts centraux utilisés et la sophistication très poussée des dispositifs expérimentaux mis en œuvre. C'est comme si toute la scientificité revendiquée était investie dans la méthode aux dépens des concepts et de la théorie.

On assiste ainsi à une « fétichisation » de la méthode qui devient l'unique garante de la rigueur épistémologique. Il n'y a pas de réflexion sur l'adéquation entre la démarche utilisée et le phénomène qu'il s'agit d'appréhender<sup>2</sup>. Au lieu que la méthode choisie soit au service de l'objet d'étude et s'adapte à ses caractéristiques, c'est l'objet qui doit se plier coûte que coûte aux exigences de la méthode. Le chercheur ressemble quelquefois à l'ivrogne qui cherche ses clefs sous le réverbère parce que c'est là qu'il y a de la lumière.

- 
1. Si les *self-schemas* sont des généralisations de connaissances sur soi issues de l'expérience passée, on peut se demander aussi comment il faut comprendre que certains sujets puissent être catégorisés « aschématiques » (pour une dimension importante de la personnalité) ?
  2. On peut s'interroger, par exemple, sur le fait que des tâches expérimentales codifiées soient un meilleur moyen pour explorer la mémoire autobiographique plutôt que le récit de vie. À mon sens, *La recherche du temps perdu* nous offre une psychologie plus fine de la mémoire autobiographique que beaucoup de manipulations faites en laboratoire.

Une dernière remarque. J'ai pris dans cette étude un point de vue critique sur les recherches cognitivistes parce que ce sont elles qui dominent aujourd'hui. Cela ne veut pas dire que les positions phénoménologiques sur lesquelles je me suis appuyé ne puissent, elles aussi, avoir certaines limites et être soumises à la critique.

L'une et l'autre approches laissent, par exemple, dans l'ombre la question suivante : y a-t-il des aspects du soi qui échappent à la conscience<sup>1</sup> ? Bien sûr, la notion d'une conscience de soi inconsciente apparaît fortement paradoxale ; il vaudrait mieux poser l'hypothèse que la conscience de soi, quant à ses origines et à certains de ses mécanismes, repose sur des bases inconscientes que la psychanalyse s'est efforcée d'éclairer. C'est dire, qu'à mon sens, aucune démarche et aucune théorie ne peut prétendre rendre compte d'un phénomène comme le soi dans toute sa complexité ; je défends donc moins une approche contre une autre qu'une épistémologie de la complexité, de la multiréférentialité et de la complémentarité.

Toute méthode repose sur certains postulats et certaines hypothèses qui définissent son champ de validité mais aussi ses limites. C'est pourquoi le chercheur doit tendre à expliciter et à examiner les présuppositions qui sont les siennes. Celles de la phénoménologie me sont simplement apparues plus en adéquation que celles du cognitivisme avec la nature empirique de la conscience de soi et mieux respecter l'expérience spontanée. Mais la démarche phénoménologique ne constitue pour moi qu'un premier niveau dans la compréhension de l'identité ; elle demande à être complétée par d'autres approches (psychosociologique, psychanalytique, systémique...).

### 3.4 Une conception systémique et intégrative

Au terme de cette réflexion critique, il nous faut revenir sur la nature complexe et systémique de la notion d'identité. J'en soulignerai trois aspects essentiels : sa paradoxalité fondamentale, son caractère de processus dynamique et sa dimension relationnelle.

#### 3.4.1 *Un phénomène paradoxal*

L'identité implique, a-t-on dit, une différenciation fondamentale entre soi et autrui. Mais on a vu, en même temps qu'autrui est intimement présent dans la conscience de soi ; que l'identité se construit à partir des identifications entre soi et les autres ; l'identification comporte cette capacité, ne serait-ce qu'au niveau imaginaire, de nous rendre identique à autrui : soit par introjection de l'autre en soi, soit par projection sur autrui des caractéristiques

---

1. Question que la psychologie cognitive s'est quelquefois posée : cf. Piolat *et al.*, 1992, p. 244.

propres du sujet. Ainsi l'identité conjugue de manière indissociable la séparation et le lien, la distinction et l'assimilation. On retrouve là ce que j'ai souligné en introduction quant au statut paradoxal de l'identité.

L'identité à soi-même – la stabilité de l'identité – se construit, on l'a noté, sur la négation de sa variabilité. Ce qui ressort de toutes les approches qu'on a mentionnées, c'est la multiplicité de l'identité (liée à la diversité des rôles et des interactions, aux transformations dues à l'écoulement du temps et à la pluralité des engagements sociaux).

Aussi, plutôt que de permanence, faudrait-il parler de « continuité dans le changement » dans le sens où l'identité est plus celle d'un processus évolutif que d'une constance substantielle ; si l'on peut dire que l'individu reste le même, c'est « dans la mesure où, recueillant perpétuellement son passé dans son présent et résumant ses propres changements, il demeure solidaire de sa tradition entière » (selon le *Vocabulaire philosophique* de Lalande). Encore cette perspective néglige-t-elle les cas de « conversion » où une personne a la conviction, au moins subjectivement, qu'elle s'est profondément transformée, qu'elle a dépouillé le « vieil homme » pour naître à une nouvelle identité.

Un autre point où transparait le caractère paradoxal de l'identité est le fait qu'elle est conjointement intérieure et extérieure au sujet. Elle est en effet ce qui constitue l'intériorité la plus profonde de la personne ; pour la conscience subjective, l'identité est ce qui représente l'essence même de l'être (on parle parfois de « noyau » de la personnalité). On dira d'ailleurs que l'identité correspond au sentiment « intérieur », intime, que chacun a de sa spécificité.

Cependant, elle est aussi extérieure puisqu'elle résulte des identifications à autrui, des images qui nous sont renvoyées par les autres, de la reconnaissance et des modèles sociaux ; elle est déterminée par la place que chacun occupe dans les systèmes symboliques qui fondent la culture (langage, système familial, rapports des sexes et des générations, stratifications sociales, systèmes de valeurs...).

L'identité apparaît ainsi comme un phénomène transitionnel, au sens précis qu'a utilisé D. Winnicott pour désigner des phénomènes qui se situent en même temps en dedans et en dehors du sujet et qui sont à la fois soi et non-soi. Elle assure, de la sorte, l'intériorisation de l'ordre social et la socialisation de la subjectivité personnelle.

### 3.4.2 Un processus régulateur

Dans cette perspective, l'identité apparaît fondamentalement comme un processus ; processus régulateur assurant l'homéostasie du sentiment de soi : l'unité et l'intégration faisant contrepoids à la diversité, la constance à la variabilité et la recherche de cohésion à la conflictualité. Ces mécanismes

régulateurs sont pour une part internes : la représentation de soi, relativement stable dans le temps et n'évoluant dans la majorité des cas que lentement, assure un équilibre des fluctuations dues aux perceptions et aux sentiments de soi qui résultent des interactions quotidiennes, du soi comportemental (si je suis confronté par exemple à une situation dévalorisante comme un échec ou un rejet, je peux me « raccrocher » à une image antérieurement constituée de ce que je suis, de ma valeur, de mes réussites passées...).

Dans ce sens, il faut certainement distinguer la perception de soi qui accompagne chaque situation et que l'on peut dénommer le soi perçu ou le soi vécu et les représentations de soi plus stables, plus permanentes, qui transcendent les situations particulières et que l'on peut désigner comme le soi conçu ou concept de soi ; cette distinction rejoindrait un peu celle qu'établit C. Rogers entre l'expérience et la conscience.

Certains mécanismes de défense jouent aussi ce rôle de régulation en éloignant ou maîtrisant les sources d'angoisse, en refoulant les manifestations pulsionnelles et les représentations incompatibles avec l'idéal du moi ou le surmoi.

Mais les régulations sont aussi externes et relationnelles. Les autres attendent de nous que nous soyons stables et constants dans l'identité que nous manifestons ; que nous soyons conformes à l'image que nous donnons habituellement de nous-mêmes (de là découle la valeur péjorative associée aux qualificatifs d'inconstant, de versatile, de changeant, d'inconsistant, de « caméléon »...). Autrui est prêt à nous « rappeler à l'ordre » pour nous engager à respecter notre identité. L'environnement contribue aussi à sa stabilisation : il sert de repère et d'appui au sentiment de permanence. Par exemple, comme le souligne E. Boersch (1980, p. 31), « les objets nous fournissent un cadre régulant notre sentiment d'identité de diverses façons : en donnant de la permanence au passé, en insérant des significations dans l'entourage matériel, en facilitant instrumentalement nos actions [...] et en marquant nos rôles et notre position sociale ». Plus globalement, la culture remplit elle aussi une telle fonction : elle tend à rappeler à chacun qu'il a à assumer son identité et à renforcer les modèles identitaires qui sont conformes à ses valeurs.

L'identité résulte aussi d'« une dialectique de conversion/conservation », selon l'expression de P. Malrieu (1980, p. 41). À la fois, elle reflète et maintient les identifications et les attaches passées et elle les abandonne ou les réaménage à partir des choix et des engagements présents et des projets à venir.

Enfin, si la valorisation de soi semble bien l'un des ressorts fondamentaux qui sous-tendent la quête d'identité, elle coexiste avec le mouvement inverse de dévalorisation (résultant notamment de l'intériorisation d'une image négative de soi) qui, même hors des cas pathologiques où elle peut prendre des formes extrêmes allant jusqu'à l'autodestruction, apparaît souvent comme le pendant de la première. Ainsi, la timidité correspond, par exemple,

à une perception infériorisante de soi dans le processus de comparaison sociale. Là encore, la culture et les rituels sociaux constituent des instances régulatrices car ils prescrivent en même temps l'amour propre et la modestie, la compétition et le rejet de la prétention et de la vanité (Picard, 2003).

Ainsi la perspective que nous avons adoptée dans cette étude se veut à la fois systémique et intégrative. Systémique, parce qu'elle met l'accent sur les aspects relationnels, interactionnels et dynamiques du phénomène identitaire ; elle souligne sa détermination contextuelle et sa fonction régulatrice et homéostatique. Intégrative, parce qu'elle cherche à articuler plusieurs approches théoriques (phénoménologique, psychanalytique, psychosociologique, stratégique...) ; elle part de la position épistémologique qu'aucune démarche, aucun modèle, pris isolément, ne peuvent rendre compte de la complexité et de la totalité du phénomène étudié.

Pour clore cette réflexion conceptuelle, soulignons qu'il est bien difficile de synthétiser tous les aspects du concept d'identité dans une seule définition. Nous en avons d'ailleurs déjà rencontré, plusieurs. J'en citerai encore une, proposée par J.-P. Codol et P. Tap, qui traduit assez bien une partie des caractéristiques que l'on a inventoriées :

L'identité est un système de représentations, de sentiments et de stratégies, organisé pour la défense conservatrice de son objet (le « être soi-même »), mais aussi pour son contrôle, sa mobilisation projective et sa mobilité idéalisante (le « devenir soi-même »). L'identité est un système structuré, différencié, à la fois ancré dans une temporalité passée (les racines, la permanence), dans une coordination des conduites actuelles et dans une perspective légitimée (projets, idéaux, valeurs et styles). Elle coordonne des identités multiples associées à la personne (identité corporelle, identité caractérielle, spécificités personnelles...) ou au groupe (rôles, statuts...)¹.

Définition, on le voit, relativement complexe qui convoque déjà une multiplicité de points de vue et d'approches que nous allons maintenant nous efforcer d'aborder empiriquement.

---

1. *Revue internationale de psychologie sociale*, n° 2, 1988, p. 169.

*Deuxième partie*

# LE SOI À L'ÉPREUVE DU GROUPE



J'ai déjà indiqué en introduction pourquoi l'expérience des « groupes d'évolution » m'apparaissait comme une situation privilégiée pour aborder les phénomènes identitaires dans leurs dimensions individuelles, relationnelles et groupales. Cette expérience s'appuie sur ce que l'on appelle communément la « dynamique de groupe ». Il nous faut maintenant mieux préciser ces aspects.

## **Dynamique de groupe et identité**

J'utilise ici l'expression traditionnelle de « dynamique de groupe » (Maison-neuve, 1968) pour désigner une expérience de petit groupe « centré sur le groupe », animé de manière non directive et correspondant aux dénominations courantes de « groupe de base » (Bion, 1965), de « groupe de rencontre » (Rogers, 1973), de « groupe d'évolution » (Palmade, 1972), de « groupe de diagnostic » (Anzieu, 1975) ou de « groupe de développement personnel » (courant de la « psychologie humaniste »). Bien que ces différentes pratiques ne soient pas similaires, la situation qu'elles mettent en place et utilisent présente certains points communs : elle réunit de dix à vingt personnes dans le but d'éprouver et de comprendre l'expression de soi, les relations interpersonnelles, la communication, les phénomènes de groupe, à travers ce qui est vécu « ici et maintenant » dans l'expérience groupale. Ces groupes peuvent être de type « intensif », se déroulant sur un temps de deux à cinq jours en moyenne, ou « continu », ayant lieu régulièrement sur une période beaucoup plus longue (d'environ un an). Ils peuvent avoir une visée thérapeutique ou formative.

Plus précisément, je m'appuierai sur mon expérience d'animateur de nombreux groupes de formation ou de développement personnel. Cela fait une trentaine d'années que j'anime ce type de groupes, soit dans le cadre de l'université où ce genre d'expérience est proposée aux étudiants de psychologie ; soit pour des institutions publiques ou privées (organismes de

formation, d'éducation permanente, programmes de formation continue des travailleurs sociaux ou de personnels paramédicaux, etc.) ; soit pour des personnes entreprenant cette démarche à titre individuel dans une visée d'élucidation et de changement<sup>1</sup>.

La consigne essentielle donnée aux participants est d'exprimer le plus librement possible ce qu'ils vivent dans le cadre du groupe. La situation de dynamique de groupe apparaît comme une situation intermédiaire entre une situation expérimentale et une situation sociale « naturelle ». Elle se rapproche de la première en instaurant un cadre stable et relativement standardisé, une unité de lieu, de temps et d'action qui réduit les variables en jeu. Elle a en commun avec la seconde de s'appuyer sur un engagement et une implication des participants qui font que si le cadre est un cadre construit, les relations qui s'y déroulent sont bien réelles et proches de la spontanéité.

Si l'expérience groupale<sup>2</sup> m'a semblé particulièrement féconde pour aborder la problématique identitaire, cela tient à plusieurs facteurs.

Le premier est que cette expérience stimule fortement la conscience de soi. Comme on a pu l'établir de manière expérimentale, la conscience de soi est suscitée par toute situation où les sujets se sentent observés (Rimé et Le Bon, 1984, p. 537) ; cette simple condition suffit à déclencher un mécanisme d'auto-centration et d'auto-observation à travers lequel le sujet devient plus conscient de ce qui se passe en lui, de ce qu'il ressent et de la manière dont il se perçoit. En effet, « en présence d'agents inducteurs de la conscience de soi, les données qui concernent le soi deviennent davantage saillantes chez le sujet et ont de ce fait une incidence accrue sur son organisation cognitive et sur les comportements qu'il élabore dans cette situation » (*ibid.*, p. 540).

C'est d'ailleurs un phénomène banal et observé couramment ; il est clairement perçu par les participants à l'expérience groupale.

L'un d'eux, Michel, note par exemple : « Si je me trouve dans un lieu public et anonyme, il n'y a aucune raison de m'inquiéter ; personne ne me regarde, ne s'intéresse à moi. Par contre, dans la situation du groupe, si je m'implique, je vais être observé par les membres du groupe. C'est à ce moment précis qu'une bousculade de questions me font prendre conscience que j'existe : qu'est-ce que les autres pensent de moi ? Comment dois-je faire pour donner une image positive ? Quel doit être mon comportement dans cette situation ? »

1. Ainsi, tout en étant assez diversifiée, la « population » avec laquelle j'ai travaillé est composée majoritairement d'étudiants en psychologie ou de professionnels de la relation (travailleurs sociaux, formateurs, enseignants, infirmiers...). Cette population a nécessairement une culture particulière ; il s'ensuit que son discours apparaît (surtout dans l'expression écrite) assez élaboré, « conscientisé », plus riche certainement en expressions psychologisantes que celui de populations plus hétérogènes.

2. J'emploie cette expression dans cet ouvrage pour désigner l'expérience vécue dans les groupes dont je viens d'évoquer les caractéristiques essentielles.

Lorsque quelqu'un s'exprime dans un groupe, il focalise l'attention des autres et ressent donc vivement le fait d'être observé, jugé ; ce sentiment est attesté par la plupart des participants.

Puisque ceux-ci sont invités par l'animateur à exprimer ce qu'ils ressentent dans la situation, on peut comprendre que leurs discours reflètent leurs préoccupations et donc la conscience qu'ils ont d'eux-mêmes face aux autres et à l'expérience. Dans ce sens, le discours sur soi est stimulé mais non directement provoqué comme dans un entretien ou un questionnaire ; il est donc plus spontané, plus proche du soi vécu que du soi conçu qui intervient quand le sujet est amené à se définir en réponse à un questionnement<sup>1</sup>.

La durée et l'intensité de l'expérience groupale sont aussi des facteurs très importants pour dépasser le niveau des rationalisations ; elles entraînent un approfondissement progressif de l'expression qui, en franchissant graduellement la barrière des mécanismes de défense, peut atteindre un niveau d'authenticité rarement approché dans les autres techniques d'investigation.

## L'interaction soi-autrui

Un deuxième intérêt de l'expérience groupale est qu'elle instaure une situation d'interaction entre chaque participant, les autres et le groupe pris comme ensemble. Or, comme on l'a souligné à plusieurs reprises, l'identité se constitue dans une relation soi-autrui où le regard de l'autre tient une place fondamentale ; cette expérience reconstitue une telle situation où chacun est amené à se poser les questions : qui suis-je face aux autres ? quelle image de moi je cherche à donner ? quelle image les autres ont-ils de moi ?, etc.

Cette problématique peut s'appréhender aux trois niveaux de l'individuel, de l'interpersonnel et du social (figuré par le groupe). Le cadre est donc favorable pour saisir les interactions entre ces trois niveaux. De fait, on constate que la situation groupale est vécue à la fois comme un phénomène limitant et menaçant l'identité personnelle, et comme le cadre où cette identité peut chercher à s'affirmer et à se faire reconnaître par les autres. Elle permet d'observer notamment les stratégies identitaires, et notamment les stratégies d'assimilation ou de différenciation par lesquelles chacun cherche à trouver sa place et à se définir face aux autres.

Comme aucune tâche extérieure n'est proposée au groupe (autre que celle de métacommuniquer sur la situation elle-même), les participants sont amenés à se centrer de plus en plus sur leurs interrelations, sur leurs percep-

---

1. Il y a toujours le risque dans ce cas que le discours réflexif du sujet ne soit qu'une forme de rationalisation, reflétant davantage des représentations sociales, des schèmes stéréotypés et axiologisés que le vécu subjectif de l'intéressé.

tions mutuelles, sur les phénomènes groupaux, dans une dynamique où les obstacles et les difficultés rencontrés incitent à approfondir toujours plus la dialectique entre soi et autrui, entre les auto- et les hétéro-images, entre l'individuel et le groupal.

La situation permet d'observer tout particulièrement comment l'interaction et la communication avec les autres influent sur le sentiment d'identité de chacun.

Elle facilite (par la métacommunication) la prise de conscience du mécanisme d'attribution et la distance qui existe entre l'expérience que l'on a de l'autre et celle qu'autrui a de lui-même. En effet, la seule façon de dépasser la coupure entre comportements et expérience est d'essayer de rendre visible aux autres ce que j'infère de leur expérience à travers mon expérience de leurs comportements ; c'est pourquoi la verbalisation dans l'expérience groupale du vécu subjectif de chacun, verbalisation qui se heurte à de nombreuses résistances, est un instrument de travail extrêmement fécond ; il crée une situation pratiquement unique ayant une portée épistémologique fondamentale. C'est en cela que réside le caractère « formatif » de cette situation, la plus efficace à mon sens pour étudier l'intersubjectivité où se fonde le sentiment d'identité.

En même temps, comme les enjeux sociaux réels sont suspendus, comme les relations nouées dans le groupe peuvent se cantonner à ce cadre, la dimension imaginaire du rapport à soi et à autrui devient plus nette et plus perceptible ; de même que les aspects projectifs, les mécanismes de défense, les mouvements transférentiels qui sous-tendent la relation intersubjective. Ainsi l'expérience groupale facilite-t-elle aussi la prise de conscience et la compréhension de certains mécanismes inconscients qui animent le rapport à autrui et la perception de soi (Anzieu, 1975). Elle permet de saisir à la fois le soi phénoménal dans ses dimensions cognitives et affectives et les soubassements inconscients de l'identité.

Cette saisie peut s'opérer à travers plusieurs types de matériel.

## Les différentes données

C'est en effet la variété et la richesse des données qu'elle suscite qui font l'intérêt et la fécondité de l'expérience groupale. Ces données se situent dans plusieurs registres.

Il y a d'abord les *comportements observés*. L'expérience permet de constater quelle place chacun tend à occuper spontanément, les prises de rôle, les conduites d'affirmation ou de retrait, les prises de parole ou le silence, l'opposition ou la coopération, la recherche de similitude ou de différenciation, etc. Autant de comportements qui sont significatifs de l'identité que chacun manifeste dans l'interaction avec les autres. Dans cette optique, la

parole apparaît comme un comportement et c'est sa dimension d'acte (performatif ou illocutoire en termes de pragmatique linguistique) qui est prise en compte. Il y a aussi les comportements non verbaux : les postures, les gestes, les mimiques, les mouvements, les déplacements... C'est la récurrence des mêmes comportements qui permet de saisir des relations, d'établir des corrélations, de dégager des mécanismes et d'inférer à partir de là certains processus cognitifs et interactifs. Ainsi, par exemple, il apparaît assez vite que, face à une situation anxiogène comme le silence, certains réagissent par la recherche d'action (prise de parole, proposition de thèmes ou de tâches...) et l'affirmation de soi alors que d'autres manifestent au contraire une inhibition de l'action et une recherche d'effacement.

Il y a ensuite le niveau des *discours tenus* par les participants dans la situation, discours qui sont l'expression directe de leur vécu, en réaction à la situation, aux événements de la vie du groupe, aux relations interpersonnelles. Cette expression subjective est prise pour elle-même en tant qu'elle reflète la façon dont les participants perçoivent, ressentent et pensent ce qu'ils vivent. À ce niveau, le discours est utilisé comme l'expression du *soi phénoménal* qu'il s'agit plus d'enregistrer que d'interpréter<sup>1</sup>.

Il y a aussi le *métadiscours* tenu par les participants sur ce qu'ils vivent et observent, sur ce que disent les autres, sur la façon dont ils comprennent et interprètent leurs comportements, leurs réactions, leurs sentiments et ceux d'autrui. Il s'agit là d'une expression plus introspective et réflexive qui, lorsqu'elle porte sur la perception de soi, renvoie plus au *soi conçu* qu'au *soi vécu*. Cependant l'expérience montre que les participants développent, très vite pour certains, une sensibilité psychologique qui les amène à traduire avec beaucoup de finesse leurs perceptions d'eux-mêmes et celles qu'ils ont d'autrui<sup>2</sup>.

Il y a enfin les *témoignages* verbaux ou écrits que les participants peuvent élaborer et communiquer (soit spontanément, soit sur suggestion de l'animateur), à l'issue de l'expérience, sur ce qu'elle leur a apporté dans la connaissance d'eux-mêmes et notamment la perception de leur identité. Il s'agit là d'un discours introspectif, plus élaboré, tendant à ressaisir de façon synthétique et globale ce qui s'est vécu dans le déroulement du groupe. Là encore, on peut constater que les participants développent, pour la plupart, à travers cette expérience, leurs capacités d'expression, leur aptitude à l'*insight* et leur compréhension souvent très juste de certains mécanismes psychologiques.

1. C'est pourquoi, dans la suite de l'ouvrage, je donnerai de nombreuses citations du discours des participants, le plus souvent sans commentaires, de façon à ne pas surajouter d'autres significations à celles qu'eux-mêmes ont voulu exprimer. Concrètement, j'ai travaillé pour cet aspect sur des enregistrements au magnétophone de séances de groupes.

2. Pour ce niveau, j'ai travaillé sur des observations de séances rédigées par des participants (dans plusieurs expériences de groupes, des observateurs étant désignés à chaque séance pour effectuer ce travail).

Bien entendu, on ne peut pas écarter l'hypothèse que certains ont été influencés par des lectures portant sur la question, mais j'ai privilégié dans les citations que j'apporterai les expressions qui apparaissaient comme les plus authentiques et les plus spontanées.

## Démarche

Telles sont les données qui constituent la base de cette réflexion et qui seront utilisées et présentées dans la suite de l'ouvrage<sup>1</sup>. Chacune a son intérêt propre et permet de saisir un aspect de la problématique identitaire. Mais c'est aussi leur rapprochement et leur confrontation qui se révèlent féconds. Ce sont les données tirées de l'observation qui ont fourni les hypothèses initiales et les orientations directrices : elles font apparaître des redondances, révèlent des mécanismes et des processus qui structurent le champ étudié. Mais ensuite, la signification des phénomènes analysés est fournie par la mise en regard des comportements observés avec l'expérience intime qu'en ont les participants. Même si, apparemment, l'expression subjective de l'expérience vécue semble privilégiée, cette démarche phénoménologique ne prend sens que sur le fond d'observation des comportements et des processus interactifs et groupaux. Ainsi, par exemple, dans une discussion, deux participants manifestent un désaccord sur un contenu – en l'occurrence la notion d'implication – mais l'observation montre qu'ils s'opposent assez fréquemment dans le groupe et qu'à un niveau latent – car non exprimé – ce qui sous-tend cette opposition est une rivalité pour le leadership ; la recherche de pouvoir est déniée au niveau de l'expression verbale (elle peut même être inconsciente chez les intéressés) et s'exprime essentiellement au niveau des attitudes, des comportements relationnels, verbaux et non verbaux, et de la place occupée dans le groupe.

Ces données vont nous permettre d'explorer les interactions entre l'individuel et le social dans la construction de l'identité. Elles révèlent une ambivalence profonde : l'individu a besoin de se sentir intégré au groupe pour étayer et conforter son identité ; et par ailleurs il peut vivre autrui et le groupe comme une menace. L'expérience groupale permet d'observer sur le

---

1. Les citations des discours et des témoignages des participants présentées dans cette étude proviennent donc de deux corpus différents : soit de retranscriptions d'enregistrements oraux, soit d'un corpus d'écrits. La typographie différenciera ces deux types de citations (le discours oral sera cité entre guillemets et en italique et le discours écrit entre guillemets mais en caractère romain). Pour les retranscriptions de discours oraux, j'ai quelquefois simplifié la retranscription, sauf quand les hésitations et les ratés du langage parlé pouvaient être significatifs. L'approche retenue étant essentiellement de nature « qualitative », le matériel n'a pas fait l'objet d'un traitement quantitatif et statistique. Cependant, la plupart des extraits de discours cités sont illustratifs de nombreux propos allant sensiblement dans le même sens.

vif les stratégies identitaires que génèrent ces vécus contradictoires (chap. 4).

Elle permet aussi de mettre en lumière les liens nombreux, et le plus souvent inconscients, qui relient l'identité personnelle et la groupalité ; liens provenant de l'intériorisation et de la personnalisation du groupe ; et aussi de l'identification projective qui fait percevoir la réalité externe à travers le prisme de l'expérience subjective et projeter sur elle une groupalité interne (chap. 5).

L'interaction de l'individuel et du social est donc constitutive de l'identité ; mais plutôt que d'opposer et de juxtaposer identité personnelle et identité sociale, comme on le fait souvent, je montrerai comment le soi intime et le soi social sont les deux faces à la fois distinctes et indissociables de l'identité (chap. 6).

Enfin, j'explicitai la fonction fondamentale du « miroir de l'autre » dans la formation de l'image de soi (chap. 7).



## 4 L'EXPÉRIENCE DU GROUPE

---

L'expérience du groupe d'évolution, qu'elle soit orientée vers le développement personnel ou la formation<sup>1</sup>, est une expérience très spécifique. Les participants ont pour toute consigne une invitation à s'exprimer sur la façon dont ils vivent la situation et leurs relations inter-personnelles dans le groupe et à respecter une totale discrétion à l'égard de l'extérieur. La liberté la plus large leur est laissée quant aux modes d'interaction, aux contenus des échanges et aux activités individuelles ou collectives<sup>2</sup>. Il s'agit donc de groupes d'inspiration non directive dans lesquels l'animateur ne cherche pas à diriger ou orienter l'évolution spontanée, mais se contente de l'accompagner en intervenant pour faciliter et approfondir l'expression et pour aider à la compréhension de ce qui se vit<sup>3</sup>. Face à cette situation, les participants ont généralement une double réaction : ils peuvent être, au départ, déconcertés par un dispositif perçu comme « artificiel », dans le sens où il ne correspond à aucun mode habituel de sociabilité ; mais ils en découvrent assez vite les potentialités et s'aperçoivent que leurs réactions, leurs émotions, leurs relations ne sont pas, elles, artificielles. Le fait de s'exprimer sur son vécu immédiat et de métacommuniquer sur les interactions (c'est-à-dire d'essayer de

- 
1. Le groupe de développement personnel est un groupe dans lequel les participants attendent un changement dans leur mode relationnel et dans leur rapport à eux-mêmes et à autrui ; le groupe de formation a une visée de connaissance et d'apprentissage concernant la communication, les relations inter-personnelles, les processus de groupe. Cette distinction renvoie surtout à la nature de la demande, car, concrètement, ces deux formes de groupe sont très proches : il n'y a pas en effet de transformation personnelle sans une certaine restructuration cognitive, et l'acquisition d'un savoir véritable suppose une implication et une évolution personnelles.
  2. C'est du moins le cas dans la plupart des groupes que j'ai animés ou observés ; dans les groupes de formation, un travail d'observation des séances est, en outre, mis en place.
  3. La notion de non-directivité renvoie, bien sûr, au courant rogéien, mais désigne ici plus une attitude et une orientation générale qu'une technique ou une affiliation théorique exclusive.

les comprendre à travers un échange) instaure une dynamique stimulante qui amène un approfondissement progressif de l'expression et de la communication.

La problématique identitaire est particulièrement mobilisée par cette dynamique ; dans une situation peu structurée et en l'absence d'une tâche extérieure, chacun va tendre, à travers la communication, à définir sa place, à se situer face aux autres et au groupe, à donner une certaine image de lui-même ; la métacommunication joue le rôle d'un miroir renvoyant à chacun ses propres attitudes vues par le regard d'autrui.

Si cette démarche suscite chez les participants des sentiments de curiosité, d'attente et d'intérêt, elle est ressentie aussi comme inhabituelle et par là même comme étrange et inquiétante ; elle peut avoir un caractère déstabilisant. Mais c'est justement parce qu'elle induit une sorte de remise en question et de « déstructuration » passagère du sentiment d'identité qu'elle permet de vivre, de verbaliser et de comprendre les processus et les « stratégies » par lesquels chaque participant va essayer, dans une interaction avec les autres, de réagir à la situation et de « rétablir » une consistance identitaire. C'est en cela que le groupe d'évolution constitue une expérience riche pour la prise de conscience de soi et la maturation personnelle, en même temps qu'il se révèle un instrument d'analyse et de recherche particulièrement fécond.

## 4.1 Sous le regard d'autrui

Se retrouver face à des inconnus, dans un contexte qui s'éloigne des normes et des rituels de la vie sociale, avec l'impression qu'il n'y a pas de tâche précise<sup>1</sup> et que personne ne prend en charge l'organisation du groupe, a un caractère déroutant. La situation est insécurisante et paradoxale : la plus grande liberté est laissée aux participants et pourtant ils la ressentent comme une contrainte. L'initiative qui leur est dévolue est perçue comme un vide angoissant. C'est ce qu'exprime, par exemple, Michel à la deuxième séance d'un groupe de formation : « *Il faut trouver quelque chose à faire ! On ne va pas rester là comme ça à se regarder en chiens de faïence ; ce vide est trop pénible.* » Nicole note, quant à elle : « Dans ce type de groupe tout peut être dit, cela est une des règles fondamentales ; mais c'est ce qui est vécu qui est différent [...] C'est toute la relation à autrui qui fait que cette règle de libre parole n'est pas totalement respectée et qu'en fait nous n'avons pas l'impression d'être libres mais contraints. » En effet, la possibilité d'une libre expres-

---

1. En fait, il y a bien une tâche puisqu'il s'agit, à travers l'expression et l'analyse en commun du vécu, de comprendre les processus psychosociologiques qui se manifestent « ici et maintenant » dans le groupe. Mais les participants n'arrivent pas à avoir une perception claire de cette démarche et à se l'approprier que progressivement.

sion, proposée par l'animateur, suscite d'emblée chez les participants un questionnement, une inquiétude et des défenses (parler de quoi ? Peut-on vraiment tout dire ? N'est-ce pas dangereux ? Quelles limites va-t-on se fixer ? Quelle image de soi peut-on donner ?). Ils se rendent compte que, lorsque les obstacles extérieurs à l'expression de soi sont théoriquement levés, chacun se heurte aux barrières que lui-même s'impose : normes sociales, inhibition, anxiété, peur d'autrui et de ses jugements...

Rien ne vient préciser aux participants ce qu'ils peuvent ou souhaitent montrer d'eux-mêmes, quelle facette de leur identité va être en jeu et s'extérioriser dans la communication. Ce flou est donc vécu très souvent comme une sorte de menace pesant sur l'individualité et l'identité de chacun, sentiment fréquemment verbalisé lors des premières séances.

#### 4.1.1 *Les craintes suscitées par la situation*

La situation engendre ainsi un climat diffus d'anxiété et suscite chez les participants un ensemble de craintes : crainte d'être noyés dans la masse, de s'exprimer devant plusieurs personnes, d'avoir à se livrer ; peur du jugement d'autrui, de l'image que l'on va donner, de la contrainte que représente la présence des autres. Ce sont ces craintes qui leur donnent l'impression que leur individualité est menacée et leur identité remise en cause.

Une des premières craintes qui s'exprime face à l'anonymat et au nombre est celle d'être « noyé » dans le groupe, de perdre son identité singulière. Annie, par exemple, éprouve lors des premières séances une sensation profonde de malaise, « l'impression que l'on a plus ou moins d'être noyé dans le groupe, d'être laminé par une collectivité qui anéantit par là même cette spécificité subjective que chacun s'attribue ». Même sentiment chez Philippe : « Face au groupe, je ressentais une menace pour moi-même et mon identité ; j'ai peur d'être noyé dans le groupe et de perdre ainsi toute individualité. » On constate d'ailleurs qu'une des premières propositions qui est faite est souvent de « se présenter » pour tenter d'échapper à l'anonymat et se rendre présents en tant qu'individus singuliers.

Cependant, les premières relations s'établissent plutôt à travers le regard ; celui-ci permet de se faire une première image des autres, d'essayer de les évaluer sans forcément s'exposer soi-même. L'échange de regards est aussi une façon d'ébaucher un premier lien affinitaire, d'adresser à l'autre une invite ou une demande muette, de trouver des points d'appui ; comme France, qui note que la présence de Claire, assurée, souriante et apparemment à l'aise la rassure : « *Quand j'entre dans un nouveau lieu, c'est sécurisant de s'accrocher au regard, à la parole de quelqu'un.* »

Mais cette relation « imaginaire » immédiate n'est pas sans susciter aussi des appréhensions. Car chacun est incertain de l'impression qu'il peut produire et de l'image que les autres vont se faire de lui. Christine souligne

cet aspect : « Participer à un groupe de formation constitue une démarche qui va engager notre individualité, peut-être la risquer dans la rencontre avec l'autre, ou plutôt les autres, puisqu'il s'agit d'une rencontre plurielle. C'est donc venir y faire l'épreuve de son identité, se remettre en question à travers la parole et le regard des autres qui jouent un rôle de miroir. » Jean-Louis note aussi : « Ce qui revient souvent dans la dynamique de groupe, du moins au début, ce sont des questions du genre : "Que suis-je ici, pour moi et les autres participants ?". » Murielle relève encore cette vacillation qu'entraîne le regard d'autrui : « Je ne prenais pas forcément la place que je souhaitais prendre dans le groupe ; l'image de moi-même que je voulais donner n'était pas toujours celle que l'on me renvoyait. »

#### 4.1.2 *La peur d'autrui*

Si l'on appréhende le regard d'autrui, c'est bien sûr parce que l'on redoute son jugement, que l'on a peur qu'il vous renvoie une image négative et dévalorisante de soi : « C'est en dynamique de groupe, témoigne Nadia, que j'ai pris conscience avec autant de force de cette peur constante du jugement d'autrui ; elle vient du regard que nous prêtons à autrui. Ne vont-ils pas me trouver stupide, inintéressante, antipathique ? Je crois que si l'on pense que les autres nous jugent aussi durement, c'est que l'on n'est pas sûr de soi, qu'on manque de confiance en soi. » La peur du jugement s'insinue donc là où chacun sent son identité fragile, mal assurée, pleine de failles. Jacques, qui est Antillais, est persuadé qu'il maîtrise mal le français (bien qu'il n'en soit rien) et que cela le met en position d'infériorité et entraîne un jugement négatif à son égard. Jeanine, parce qu'elle est la plus âgée du groupe, pense qu'elle va être rejetée par les plus jeunes (qui, de leur côté, se sentent jugés par elle). Isabelle qui a une allure un peu masculine : « *J'ai peur que les autres me collent une étiquette, qu'ils ne me voient que sous cette apparence et que j'en sois prisonnière, que je ne puisse plus m'en débarrasser.* »

L'expérience groupale rejoint donc de manière saisissante la perspective développée par la phénoménologie existentielle, et tout spécialement par J.-P. Sartre. Pour lui, c'est d'abord dans le regard de l'autre que chacun saisit son identité ; mais ce regard est réifiant et aliénant car à travers lui le sujet s'éprouve comme objet de points de vue qui lui échappent et d'appréciations inconnues. C'est dans la mesure où j'en suis intrinsèquement dépendant que le regard de l'autre menace mon identité : « Le fait d'autrui est incontestable et m'atteint en plein cœur. Je le réalise dans le malaise ; par lui je suis perpétuellement en danger... » (Sartre, 1943, p. 322).

Ce sentiment originaire est intensément vécu dans les débuts du groupe et progressivement verbalisés.

France qui, en tant qu'observatrice, vient de retranscrire les échanges tenus la première séance d'un stage, en fait le constat : « Comme on a pu le pressentir dans les propos tenus par les membres du groupe, autrui devient vite menaçant, agressant, et peut mettre en danger votre propre intégrité, que ce soit par des regards insistants, par une demande de reconnaissance à laquelle les autres ne peuvent répondre d'emblée, soit en se dérochant à votre appel ou en vous empêchant de vous exprimer. » Soulignons que ces différentes « raisons » sont souvent davantage de l'ordre de l'imaginaire que de la réalité, car elles résultent de ce que chacun projette sur l'autre, du sens qu'il attribue à son regard, à ses paroles, à ses comportements ; ce mécanisme de projection est d'autant plus actif qu'autrui est mal connu et la situation floue et insécurisante.

On peut référer à cette problématique la peur de se dévoiler que, dans une perspective psychanalytique, on pourrait aussi interpréter comme une défense à l'égard des tendances exhibitionnistes et voyeuristes ; elle exprime, à un niveau plus primitif, la crainte de la « perte de soi ».

Comme le ressent une participante, Estelle : « Mes premières paroles tournent autour de la représentation que j'ai de l'implication : une perte de soi. Cette représentation est alors enrichie par d'autres membres du groupe en termes de peur du "dévoilement", de l'"exhibition", du danger de l'authenticité. »

Ce qui montre le caractère archaïque de l'angoisse qui transparait ici, c'est qu'à la thématique de l'« exhibition » (qui est verbalisée à travers des expressions comme « se montrer », « se dévoiler », « se déboutonner », « se déshabiller », « s'exposer », « se mettre à nu »...) se mêle une thématique plus « orale » tournant autour de la « dévoration » (peur de « se faire bouffer », « d'être décortiqué », « dépecé », « d'être jeté en pâture »...) : ainsi, dans la troisième séance d'un groupe, Nicole qui n'a rien dit jusque-là est interpellée sur son silence ; elle avoue alors qu'elle se sent angoissée et qu'elle n'ose pas prendre la parole ; on la presse de questions et elle finit par s'exclamer : « *C'est justement ça qui me fait peur, que tout le monde se précipite sur moi pour me déchiqueter.* » Albert note aussi : « Dès le début apparaît un problème qui reviendra dans l'ensemble de la séance, celui de notre vulnérabilité face au jugement d'autrui, jugement qui risque de ne pas correspondre à l'image que l'on se fait de soi. Nous parlerons plus tard de "dépeçage". Le groupe peut apparaître comme une menace de déstructuration. »

Le simple fait d'avoir à se présenter peut être ressenti par certains, à un niveau imaginaire, comme « se livrer » et entraîner une réaction anxieuse, comme celle que décrit Catherine : « J'ai tout d'abord été envahie par une vague d'angoisse et de tremblements internes que je connais bien et qui précèdent souvent pour moi ce type d'exercice. « Décliner son identité » est toujours une véritable corvée. J'éprouve en effet une sorte de gêne à parler

de qui je suis, de ce que je fais. » Le fait de parler de soi, même de manière ritualisée, peut entraîner un sentiment de vulnérabilité.

De telles réactions peuvent sembler excessives ; elles interviennent cependant de façon plus ou moins marquée (selon le degré de « timidité » de chacun) dans les relations interpersonnelles. Mais en groupe, elles sont amplifiées par la multiplicité des regards<sup>1</sup> et la difficulté d'adresser la parole à plusieurs individus à la fois (il est en effet, pour beaucoup de personnes, plus aisé de se situer face à un ou deux partenaires que face à un groupe où l'interlocuteur devient insaisissable). C'est ce qui explique, en partie, l'acuité des sentiments éprouvés par certains qui, de l'extérieur, peut sembler surprenante.

« Les séances les plus difficiles à supporter, témoigne Françoise, ont été pour moi les deux premières : j'explique ce vécu par ma propre difficulté à vivre à la fois un sentiment de vide et un sentiment de dépersonnalisation. »

Christian évoque bien, lui aussi, le climat du début de session : « Chacun se sentant seul au milieu de tous, perdu dans un monde inconnu et hostile, un monde bizarrement silencieux, étrangement anxiogène [...] Difficulté à prendre la parole, à trouver quelque chose à dire, à faire, et à découvrir un terrain de dialogue [...] Crainte des autres, de leurs réactions, de l'animateur et surtout peur de soi-même. » Notons cependant que le climat de ces séances n'est pas aussi anxiogène pour tous et que certains participants peuvent les vivre de façon beaucoup plus détendue.

La différence de réaction est fonction du sentiment de force ou de fragilité identitaire.

#### 4.1.3 *Le groupe, « machine à influencer »*

Une autre crainte exprimée par de nombreux participants (et qui renforce le sentiment que leur identité est menacée), c'est que le groupe n'exerce une pression déformante sur eux ; il est ressenti comme plus puissant que l'individu et donc plus capable d'exercer sur lui une influence qui échappe à son contrôle.

Delphine : « Le groupe a un pouvoir sur chacun de nous qui n'est pas maîtrisable, et on se sent dépossédé de notre aptitude à nous gérer nous-mêmes. Ce que je ne peux maîtriser va me dévorer, je dois donc me défendre, me protéger, me retrancher derrière la façade que j'ai créée, sans trop faire de bruit, ni trop me faire remarquer. »

1. D. Anzieu (1975) a pu comparer l'expérience groupale à une multiplicité de miroirs renvoyant à l'infini des images éclatées.

Se sentant plus vulnérable, l'individu a l'impression d'être plus malléable et plus perméable à la pression d'autrui, ainsi que l'exprime Sandrine : « *Je suis influençable et je dois me protéger des images et des jugements des autres car sinon je ne sais plus très bien où j'en suis* » ; et elle ajoute : « *L'image que me renvoyait Anne m'intéressait beaucoup mais en même temps m'inquiétait car au bout d'un moment je n'arrivais plus à faire la différence entre elle et moi.* »

La communication groupale apparaît donc comme un processus qui peut troubler les limites du soi. Lorsque ces limites sont incertaines et que le sentiment d'identité est fragile, la multiplicité des regards peut entraîner un sentiment de « dépersonnalisation » dont témoigne par exemple Paul : « Dans le groupe, je ne savais plus trop si j'étais réuni avec des gens, si j'étais véritablement moi ou si j'étais dans les autres. »

Ce sont ces craintes que le sujet éprouve, face à la situation, qu'il tend à projeter sur le groupe et qui lui reviennent de l'extérieur comme une menace pesant sur son individualité et son identité ; elles se renforcent les unes les autres dans un mouvement circulaire que décrit bien Régine : « Dès le début, le groupe m'évoque la peur du vide, le malaise devant une situation facteur d'instabilité. L'angoisse s'amplifie du fait qu'il faut absolument réussir à prendre sa place afin d'être reconnue. On a aussi peur de la réaction du groupe contre nous. On se sent vulnérable [...]. Le groupe est vécu comme exerçant une forte pression sur les individus, ce qui nous donne l'impression que notre individualité est soumise, dépendante vis-à-vis de lui. »

L'expérience groupale a, on le constate, un effet grossissant sur des réactions qui sont observables aussi dans la vie quotidienne, mais souvent de façon plus atténuée.

## 4.2 Les réactions de défense

Face au sentiment de menace ressenti dans les débuts de l'expérience groupale, comment réagissent les participants ? On peut discerner d'emblée deux stratégies : une attitude d'affirmation de soi, pour quelques-uns, et un retrait plus ou moins silencieux pour la plupart.

### 4.2.1 Affirmation ou retrait

L'affirmation de soi est souvent, dans ce contexte, une façon de se défendre contre l'anxiété due au silence, à l'absence de structures, à l'impression de vide. Elle est aussi, par le choix d'une position active, une réponse « adaptée » à la situation : en effet, de nombreuses expériences montrent qu'une possibilité d'action diminue les conséquences d'une réaction de stress (Dantzer, 1988, p. 52-54).

Voici, à titre d'exemples, quelques premières prises de parole après le silence initial qui suit souvent l'énoncé par l'animateur des règles de fonctionnement.

Marie : « *Le silence, c'est bien, on rêve ; mais on va finir par s'endormir, j'ai envie de bouger.* »

Robert : « *Je pense qu'on pourrait se présenter. Voilà, je peux commencer moi-même ; je m'appelle Robert, je suis éducateur spécialisé [...]* »

Pascale : « *Bon, je vais me dévouer. Après ce silence propice à la réflexion, ne me faites pas le coup du silence !* »

Pierre : « *Il faut que quelqu'un se lance à l'eau, alors je prends la parole car j'ai horreur du silence. Je suis plutôt bavard et vous me direz d'ailleurs si je parle trop [...]* »

L'affirmation de soi peut être dans le contenu même des propos (comme dans le fait de se présenter), mais elle réside tout autant dans l'acte de rompre le silence et de prendre la parole le premier ; cet acte amène celui qui l'assume à se détacher du groupe, à se rendre « visible » – à s'exposer – et par là même à prendre un risque.

Jeanne : « *Parler la première dans un groupe n'est vraiment pas facile ; je l'ai fait sans trop réfléchir, pour ne pas qu'on s'enfonce dans le silence ; aussitôt tous les regards convergent vers moi, je suis dévisagée et l'attention générale donne à mes paroles un poids excessif ; c'est comme parler tout fort dans une cathédrale qui fait résonner chaque mot ; devant cette attention, je me sens obligée de poursuivre [...]* »

A. Béjarano interprète ces premières interventions comme une manifestation d'identification et, en même temps, de rivalité avec l'animateur :

Cette prise de parole, il a fallu pour s'y résoudre que le conflit entre le désir et l'angoisse de la prendre soit, en partie, surmonté [...] Plus que jamais, cette prise de parole dans un groupe qui débute [...] est un acte d'affirmation, certes, mais aussi (imaginativement) d'identification (toujours primaire) à l'agresseur (imaginaire), le moniteur, et de rivalisation avec lui (in Anzieu *et al.*, 1972, p. 94).

Cependant, elle ne peut être réduite à cette seule dimension, car elle a très souvent une fonction défensive<sup>1</sup> ; d'autre part, l'identification à l'animateur ne se laisse pas enfermer dans la notion, trop étroite à mon avis, d'identification à l'agresseur<sup>2</sup>.

1. Notamment de type contra-phobique en réaction à l'angoisse du vide (qui peut entrer en résonance avec l'angoisse de castration et, sur un mode plus archaïque, avec l'angoisse d'annihilation).

2. Cet aspect sera repris par la suite (chap. 4).

Mais face à la situation, de nombreux participants ont une réaction d'inhibition qui se traduit par un repli silencieux ; cette attitude leur apparaît de nature à les protéger contre les craintes que leur inspirent les circonstances.

Nicolas : « *Il me semble que si les gens ne parlent pas, c'est qu'ils ne veulent pas faire le premier pas [...] Car en s'impliquant ils n'ont qu'une crainte, c'est d'être jugés par les autres membres du groupe. Or je pense que, la plupart d'entre nous, nous avons peur de déplaire ; la peur de déplaire signifie peut-être pour nous la peur d'être exclus du groupe.* »

Cette réaction n'est généralement pas volontaire ; cependant, elle peut être rationalisée comme une forme de choix, dans une sorte de calcul du moindre risque.

Comme l'explique Colette : « J'ai préféré me taire plutôt que de risquer de donner de moi une image négative. Ainsi, même si on a de moi une image négative à cause de mon silence, cette image sera toujours moins dure qu'un rejet dont j'aurais pu être l'objet après avoir parlé ou agi. Je préfère aussi que l'on me rejette ou que l'on soit indifférent envers moi lorsqu'on ne me connaît pas. »

De plus, le fait que son comportement résulte d'un choix est plus valorisant pour le sujet que d'admettre qu'il s'impose à lui sans qu'il puisse le contrôler.

Ainsi le retrait apparaît comme une défense face à la peur du jugement, de la dévalorisation et du rejet.

#### 4.2.2 Le rituel des présentations

On a déjà noté qu'un premier réflexe pour échapper à l'anonymat et au sentiment d'être noyé dans le groupe est de proposer des présentations. Cependant, cette proposition a un caractère paradoxal : d'un côté, elle est rassurante car elle permet de distinguer et de situer les participants les uns par rapport aux autres, de les individualiser, même symboliquement (dans une forme minimale, par le seul énoncé de leurs noms) ; mais d'un autre côté, elle a un caractère anxiogène car elle oblige chacun à s'exposer, à sortir de son retrait, à dévoiler et à livrer quelque chose de lui-même. Beaucoup de participants disent attendre leur tour avec un sentiment de tension croissante qui les rend tout à fait inattentifs aux paroles des autres.

Une solution de compromis entre ces deux mouvements est la ritualisation des présentations qui permet à chacun d'affirmer son individualité tout en restant dans un registre relativement impersonnel consistant à donner quelques éléments de son état civil ; c'est donc l'identité sociale qui est mise en avant et qui apparaît ainsi comme un écran protecteur derrière lequel chacun peut abriter son identité personnelle.

Valérie décrivant le début d'un stage : « Un des participants proposa alors de faire un tour de table et se présenta de manière "formelle" en déclinant son curriculum vitae, puis il insista pour que sa voisine en fasse autant ; et ainsi de suite jusqu'à ce que nous nous soyons tous présentés [...] Il est intéressant de noter que, face à lui, nous avons décliné des occupations que nous exerçons au-dehors (statuts, rôles), sorte d'identité donnée par la société. »

Les aspects plus personnels de l'identité semblent difficiles à communiquer à un groupe ; d'ailleurs que dire et qu'en dire ? Il est plus simple de faire s'exprimer le personnage que la personne.

Estelle : « Quand mon tour est arrivé, j'avais les mains moites et je n'ai pratiquement rien dit de moi [...] Le fait que je ne me sois pratiquement pas présentée était sans doute dû à cette "idée globale" du groupe : il m'a paru impossible d'être reconnue comme personne totale par les participants et par le moniteur. »

On constate aussi que la première personne à se présenter sert de modèle aux autres, qui tendent à s'aligner sur elle, autre moyen encore de ne pas trop se distinguer d'autrui.

Pascale : « J'avais décliné mon identité en précisant mon nom, mon prénom et mon statut d'étudiante en psychologie. C'est ce qu'avaient fait les quatre ou cinq participants avant moi. Cela m'avait paru très succinct, mais je n'avais pas voulu me différencier des autres membres du groupe. »

#### 4.2.3 La fusion dans le groupe

En effet, l'indifférenciation, la recherche d'une fusion dans le groupe apparaît comme une autre réaction défensive habituelle. Se fondre dans l'anonymat semble moins dangereux que s'affirmer, se mettre en avant. Cette réaction peut s'interpréter, à un premier niveau, comme un besoin de conformité ; de très nombreuses expériences de psychologie sociale ont montré que la situation groupale entraînait une tendance à la normalisation et à la conformisation ; celle-ci résulte de plusieurs motivations : le désir d'intégration et d'approbation ; le souci, dans une situation où les repères sont flous, de dégager des normes communes, de confronter ses perceptions subjectives à celles des autres ; c'est aussi une forme de soumission à l'autorité projetée sur le groupe.

Valérie : « Selon moi, le groupe est une source d'influence considérable sur ses membres. Nous sommes souvent influencés (du moins il me semble que je le suis) par ce que nous croyons être l'attitude du groupe envers nous, et notre comportement en est plus ou moins consciemment affecté. »

À un niveau plus inconscient et plus archaïque, on peut référer le besoin de fusion à la phase « orale » d'indistinction et de symbiose avec le groupe (comme image maternelle), en même temps qu'il apparaît comme une défense contre l'angoisse de séparation liée au fait de s'extraire du groupe, de s'affirmer et de s'individualiser (qui est ressenti au niveau imaginaire comme une sorte de naissance).

Prendre la parole revient à sortir de l'anonymat protecteur, à se séparer du groupe indifférencié (« Ce n'est que si on ressent la force d'être une personne séparée, note Corinne, que l'on peut communiquer et accepter l'autre »). Comme le souligne M. Pagès (1968, p. 118), « la fusion est l'état d'un groupe aliéné qui refuse l'angoisse de séparation » ; elle est un moyen aussi d'échapper à la « sérialité » (Sartre, 1960) – du fait de n'être qu'une série d'individus sans liens – au sentiment d'isolement et de solitude.

Marguerite, qui éprouve en elle ce besoin de symbiose et de conformité avec les autres, tente de se l'expliquer : « L'aliénation de la dépendance est préférable pour moi à la mort dans la solitude et la séparation. Peut-être n'ai-je pas encore coupé le cordon ombilical [...]. La dépendance et la relation fusionnelle sont sans doute des désirs refoulés, ce qui m'incite à chercher cette relation dans les groupes. »

Il y a aussi, devant une expérience déroutante, un besoin de partage et d'échange qui permet de vérifier que l'on n'est pas seul à avoir certaines réactions et à vivre certaines émotions

Laurence : « *Le fait que mon angoisse soit partagée, que d'autres se sentent également menacés, constitue pour moi une première reconnaissance et un premier échange* »<sup>1</sup>.

Cependant, la fusion groupale n'est pas entièrement satisfaisante ; si elle répond à un certain désir de sécurité, elle renforce en même temps le sentiment que la situation constitue une menace pour l'identité individuelle ; ainsi, elle ne peut être qu'une phase instable, portant en elle-même son propre dépassement ; car la dépendance qu'elle implique finit par devenir pesante. C'est ce qui est fortement ressenti par Anne dans une prise de conscience douloureuse du prix que représente pour elle cette attitude : « *J'y perds mon individualité ; comme je veux être à l'unisson des autres, j'en arrive à dire un peu n'importe quoi et je ne me sens plus moi-même.* »

1. Il y a aussi dans le besoin de fusion groupale une recherche d'unité, aspect développé dans le chapitre suivant.

#### 4.2.4 La recherche d'un leader

Un autre réflexe de défense est la quête d'un « sauveur ». Le groupe espère l'émergence d'une « bonne mère » qui protège et nourrit ou d'un leader qui prenne les choses en main, qui montre la voie à suivre, propose des activités, organise les échanges.

Pierre : *« Ce qui nous manque actuellement, c'est la présence d'un leader ; personne n'ose prendre d'initiatives, faire des propositions, diriger un débat ; chacun attend que ce soient les autres qui le fassent par peur de se mettre en avant, de paraître prendre un pouvoir dans le groupe. »*

Plusieurs fonctions sont attendues d'un leader : certes, qu'il assure un rôle de structuration et d'organisation des interactions ; mais surtout qu'il « nourrisse » les participants, qu'il comble le vide, qu'il les soulage de la responsabilité de « meubler le silence ». Le leader est perçu aussi comme ayant un rôle d'unification et de régulation, protégeant les participants contre la menace de luttes et de divisions ; il leur propose une image identificatoire forte, incarnant les idéaux du groupe.

Alain assume dans les premières séances un rôle de leader qu'il dispute à Paul ; il note : *« Jocelyne a dit que j'étais en rivalité avec Paul ; je ne pense pas que ce soit pour prendre le pouvoir ; cette rivalité est liée, à mon sens, au climat d'insécurité : le groupe est à la recherche d'un leader qui pourrait répondre à ses besoins, le sortir des réactions épidermiques d'agressivité et apparaisse comme une figure de référence. Si je joue ce rôle, c'est peut-être le fait que je suis plus âgé, que j'ai plus d'expérience et que j'ai moins peur de m'exprimer que les jeunes. »*

Si le groupe a besoin d'un leader, c'est que l'animateur n'assume pas ce rôle et semble ne pas vouloir répondre aux attentes de ses membres.

À la deuxième séance d'un groupe de formation, Nicole s'adresse à l'animateur avec une certaine impatience : *« Je ne comprends pas bien votre attitude... Bien sûr, je ne m'attendais pas à un cours, mais quand même ! Vous pourriez nous aider au lieu de nous laisser patauger ! Vous savez certainement plein de choses sur les groupes ; alors que là, on n'a rien à se mettre sous la dent »* ; on peut noter qu'ici le besoin de dépendance orale frustré prend une tonalité agressive.

Cependant, même s'il n'assume pas sa fonction comme ils le souhaiteraient, l'animateur garde aux yeux des participants la place d'un leader, garant de l'identité et de la cohésion du groupe qu'il protège contre les menaces pulsionnelles, jouant ainsi pour celui-ci le rôle d'instance surmoïque et d'idéal du moi.

À la troisième séance, l'animateur est amené à quitter la salle un court instant ; Mathilde note ses réactions : « M. quitte la salle. Alors là ça me fait un effet bizarre. Même s'il essaie de se fondre dans le groupe, il n'en reste pas moins le meneur, l'animateur, le surveillant. Lui sorti, on ne peut plus rien contrôler, il faut à tout prix désigner un remplaçant, il faut assumer son rôle [...] Pour moi, c'est alors un silence désordonné. Puis M. revient et je me sens mieux. »

C'est cette perception de l'animateur comme leader du groupe qui rend difficile, pour une part, à un participant d'assumer cette fonction car il peut l'éprouver comme le mettant en rivalité avec l'animateur « statutaire ». Cela n'empêche pas que, pour cette raison même, sa place soit convoitée et qu'une identification plus ou moins consciente avec l'animateur existe chez de nombreux participants.

Florence : « Le rôle que j'aimerais tenir est celui de l'animateur [...] Je me suis souvent contentée [...] de confronter ses attitudes à celles que j'aurais pu avoir si je m'étais trouvée à sa place. »

Être à sa place, c'est être comme lui et donc acquérir une identité valorisée et idéalisée (pour les membres du groupe) ; mais c'est aussi prendre sa place et l'on pourrait parler ici de *rivalité mimétique*, en empruntant une notion proposée par R. Girard (1972).

#### 4.2.5 Mécanismes de défense collectifs

Nous venons de voir quelques réactions au sentiment de menace identitaire ressenti par les participants en début de session. Ces réactions sont sous-tendues par des mécanismes de défense qui varient selon la structure de personnalité propre à chacun. Cependant, l'expérience groupale montre que ces mécanismes tendent à prendre une dimension collective et à structurer les relations interpersonnelles. On constate que les mécanismes intra-psychiques ont tendance à se muer en processus interactionnels semblant dépendre d'une sorte de « structure psychique » du groupe. Cette structure évolutive est en relation, à un moment donné, avec une problématique inconsciente – et notamment avec le phénomène de résonance fantasmatique (Anzieu, 1975).

Voici quelques exemples de ces mécanismes de défense collectifs.

##### ■ La projection

Elle est particulièrement activée par la situation anxiogène, le manque de repères, la confrontation à des inconnus. Elle amène chacun à percevoir les personnes et les circonstances à travers la coloration affective qu'apportent ses désirs, ses fantasmes, ses peurs, ses attentes... Ce mécanisme est le plus souvent méconnu, mais la métacommunication conduit à le mettre en

lumière : en verbalisant leurs impressions, les participants s'aperçoivent que les intentions, les sentiments, les attitudes qu'ils prêtent à autrui ne sont pas toujours ceux qu'autrui a effectivement.

François : « Ce que m'a apporté cette dynamique, c'est la conscience aiguë de la subjectivité de notre regard sur les autres. J'ai été frappé de voir que chaque fois que quelqu'un essayait de vérifier ses impressions, il se rendait compte qu'il avait interprété les comportements d'autrui à partir de ses propres réactions ; quelquefois ça tombait juste, mais souvent ça tombait à côté ou ça déformait ou exagérait la réalité. »

Le sujet s'aperçoit notamment que les motivations, les attitudes ou les caractéristiques qu'il attribue à autrui sont parfois celles-là mêmes qu'il méconnaît ou refuse en lui.

Jeanine : « Je me suis demandé longtemps pourquoi Laurence m'exaspérait autant ; ce que je supportais le moins en elle, c'est cette attitude constante de séduction notamment à l'égard de l'animateur. Quel choc pour moi lorsque Sylvie m'a dit qu'elle me voyait aussi comme séductrice ; dans un premier temps, j'ai eu tendance à repousser ce qu'elle disait, et puis ça a cheminé dans ma tête et j'ai dû reconnaître qu'elle n'avait pas tout à fait tort ; ce n'est peut-être pas sans relation avec ma réaction en face de Laurence. »

Ce sont aussi leurs conflits internes que les participants projettent dans les conflits interactionnels ; ainsi l'opposition intérieure à chacun entre les forces de changement et les résistances se retrouve dans le groupe entre ceux qui veulent que « ça avance » et ceux qui freinent, qui trouvent que l'« on va trop loin », qu'« on s'engage dans une voie dangereuse ». Comme le note A. Béjarano, « chaque participant projette ses conflits inter- et intra-systémiques sur les autres qui apparaissent ainsi, à tels moments, comme porteurs du moi, du ça, du surmoi (et, on l'a vu pour le leader et le moniteur, du moi idéal et de l'idéal du moi) ou de « parties » de ces instances » (in Anzieu et coll., 1972, p. 111).

### ■ *Le clivage*

Un autre mécanisme actif, surtout dans la première phase de la dynamique groupale, est le clivage. On peut en effet rapprocher de ce mécanisme de défense (qui a été particulièrement analysé par M. Klein) un phénomène que l'on observe de façon répétitive et assez constante : à un moment donné, les participants ont le sentiment que le groupe est scindé en deux parties antagoniques, l'une ressentie comme positive et l'autre comme négative

Félix : « Le point essentiel, à mon sens, aura été l'impression, confirmée à ce moment précis par pas mal de gens, que le groupe était coupé en deux. »

L'antagonisme peut s'établir sur des éléments variables : la prise de parole, les conceptions de l'implication, l'âge, le sexe, etc.

Françoise : « Pendant plusieurs séances, j'ai eu l'impression que le groupe ne trouvait un mode de fonctionnement et un équilibre que dans les oppositions : entre les parlants et les silencieux, entre les actifs et les passifs, entre les hommes et les femmes. »

La fonction de l'antagonisme est chaque fois de rejeter les défauts, les difficultés, les responsabilités sur « l'autre partie » et de se donner ainsi une identité positive, partagée avec ceux du « bon sous-groupe »

Valérie : « Il semblerait qu'à l'intérieur du groupe s'établisse une sorte de clivage, de regroupement de ceux qui se sentent "exister" par leur participation active, de manière à en écarter les autres [...] Ils projettent à l'extérieur d'eux la culpabilité en rendant responsables les non-parlants de l'incapacité du groupe à évoluer et à se structurer : d'un côté les bons, de l'autre les méchants. »

Le clivage permet d'expulser l'angoisse et de purger l'identité propre des éléments mauvais, comme Caroline l'analyse avec beaucoup de perspicacité :

« Cette première matinée est ponctuée de lourds silences qui sont pour moi source d'angoisse [...] Je pense que c'est cette angoisse de perte d'identité, de "non-être", que j'exprime lorsque je demande aux provinciaux du groupe ce qu'ils pensent de Paris. D'une part, j'introduis un clivage entre Parisiens et provinciaux ; d'autre part, en montrant que je suis parisienne, je retrouve une identité, un point d'appui à l'extérieur du groupe, fuyant cet "ici et maintenant" angoissant où je suis clouée à ma chaise en face d'étrangers avec qui je vais vivre pendant trois jours. »

Le clivage joue un rôle défensif de renfort de l'identité ; mais en même temps il fait obstacle à une communication authentique ; ainsi, dans un stage composé d'étudiants en psychologie et d'animateurs socio-culturels, le groupe s'est structuré autour de cette distinction, empêchant les participants de s'engager vraiment dans des relations interpersonnelles. Colette, qui en fait la remarque, ajoute : « À un moment, j'ai éprouvé une certaine sympathie, je ressentais de l'affinité pour Martine [qui appartenait à l'"autre sous-groupe"], mais je n'ai pas exprimé mes sentiments : j'aurais eu l'impression de trahir mon groupe – de passer dans l'autre "camp" ; je ne voulais pas me différencier des membres de mon groupe ; je n'exprimais mon identité qu'en tant qu'étudiante ; je voulais être "confondue" avec les gens qui avaient le même statut que moi. »

Peut être rapprochée du mécanisme de clivage l'intolérance qui se manifeste, à certains moments, face à l'ambiguïté ; celle-ci est souvent source de malaise et les participants y réagissent en essayant de rétablir des catégories

dichotomiques. L'individu dont l'identité peut paraître ambiguë sous certains aspects est sommé de « choisir son camp ».

Dominique : « Parmi les membres de notre groupe, se trouvait quelqu'un dont l'identité sexuelle était très ambiguë. Cette personne donnait l'apparence d'un jeune homme au corps, gestes et expressions masculins. C'était en fait une fille [...] Beaucoup de participants l'agressaient et lui faisaient savoir que sa présence était gênante [...] J'avoue qu'elle me gênait aussi, mais seulement dans un premier temps. »

Cette intolérance à ce qui est ambigu, flou, ambivalent renvoie à une propension à structurer les perceptions en couples antagoniques, « en noir et blanc » (eux et nous, positif et négatif, amis et ennemis, bons et mauvais...)¹.

On pourrait élargir le point de vue qui vient d'être développé pour la projection et le clivage et montrer que la plupart des mécanismes de défense trouvent une correspondance au niveau des interactions groupales. Ainsi les mécanismes de type obsessionnel, qui tendent souvent à dissocier la sphère émotionnelle et la sphère rationnelle, s'expriment dans l'opposition, fréquemment observée, entre ceux qui veulent vivre et partager émotions et sentiments et ceux qui veulent comprendre et analyser (ceux qui parlent avec leurs « tripes » et ceux qui parlent avec leur « tête ») ; ils entretiennent aussi ces discussions sans fin sur le sens des mots, sur la définition des concepts, sur la pertinence de telle ou telle théorie (style débat entre « cliniciens » et « expérimentalistes ») ; la rationalisation, l'isolation, l'annulation rétroactive se manifestent dans les communications sous forme d'intellectualisation et de ritualisation des échanges, d'occultation de l'émotionnel par le rationnel, de précautions oratoires pour désamorcer ou dénier la dimension pulsionnelle des relations.

#### ■ *Attaque et fuite*

L'intensification des processus défensifs, en réponse au sentiment d'anxiété et de menace identitaire, tend à induire un climat diffus d'agressivité ; les participants lient inconsciemment le sentiment de défense à l'idée d'attaque. D'autre part celle-ci, lorsqu'elle se manifeste de manière effective, apparaît souvent comme une réponse à l'impression d'agression que fait peser sur l'individu la situation groupale. Enfin, l'agressivité est un mode de décharge de la tension ; généralement d'ailleurs, elle reste relativement inhibée et les participants se défendent d'être ou de vouloir être agressifs ; ce souci se marque par de constantes précautions verbales (« Ne pensez pas que je sois agressif, mais... », « sans vouloir être agressif... », « ne prenez pas ce que je vais vous dire pour une attaque... », « c'est pas que je me sois senti agressé... », etc.). Mais c'est justement parce qu'elle reste inhibée que

1. Elle est aussi en relation avec le mécanisme de *catégorisation* étudié par la psychologie sociale.

l'agressivité semble diffuse et plane comme une menace permanente sur les interactions. Dans ce contexte, l'affirmation de soi est vécue comme une attaque et le repli apparaît comme une fuite. C'est d'ailleurs souvent l'explication – la peur d'être attaqués – que donnent ceux qui restent en retrait.

Catherine : « *On me reproche d'être silencieuse, mais dès que quelqu'un ouvre la bouche, il y a toujours quelqu'un d'autre pour lui tomber dessus... Ça ne donne vraiment pas envie de parler, surtout que je ne supporte pas l'agressivité.* »

Dans un second temps, l'attaque se porte aussi sur ceux qui, en s'affirmant, semblent prendre une position de pouvoir dans le groupe ; les autres les rendent, plus ou moins clairement, responsables de ce qu'ils n'arrivent pas à occuper la place qu'ils souhaiteraient.

Ainsi Claude se sent étouffée par la présence envahissante de Sophie qui semble à l'aise, parle d'abondance, interpelle les silencieux : « J'aurais aimé dire à Sophie "tu nous énerves", j'aurais aimé la réduire au silence comme elle avait réussi à y mettre les autres. »

L'attaque et la fuite apparaissent donc comme les réponses habituelles à une situation vécue, au niveau imaginaire, comme agressive<sup>1</sup>. On rejoint tout à fait là les « hypothèses de base » de W. Bion (1961) selon lesquelles les groupes se structurent sur le mode de la dépendance ou de l'attaque-fuite<sup>2</sup>. Dans une perspective psychanalytique, la dépendance renvoie à la première phase orale de la construction du soi, alors que l'attaque-fuite correspond à la position schizoparanoïde de Melanie Klein.

#### 4.2.6 Les « stratégies identitaires »

Si nous nous sommes attardés quelque peu sur ces processus défensifs, c'est qu'ils ne sont pas sans importance quant à la dynamique identitaire. En effet, ils représentent la façon dont les participants réagissent individuellement et collectivement à l'impression de déstabilisation, induite par l'expérience groupale, en vue de protéger ou de rétablir un sentiment d'identité positif et stable. C'est cette dynamique (par laquelle le sujet tend plus ou moins consciemment à atteindre un but subjectif, à travers un ensemble structuré d'attitudes et de conduites) que l'on peut désigner du terme de « stratégie identitaire<sup>3</sup> ». Celle-ci est donc constituée par la ligne d'action évolutive et

1. Cf. notamment les théories de Laborit.

2. Cependant, sur un point, mes observations s'éloignent des théories de W. Bion ; celui-ci semble faire des « hypothèses de base » (attaque-fuite, dépendance et couplage) les modes de structuration permanents et quasi aléatoires du groupe ; pour moi, il s'agit de mécanismes de défense collectifs, caractéristiques des premières phases d'évolution du groupe de base et qui peuvent céder la place, lorsque ces défenses sont dépassées, à d'autres formes d'interaction.

3. Cette notion et cette perspective sont développées dans Camilleri *et al.*, 1990.

dynamique (faite d'impulsions, de mécanismes de défense et de conduites conscientes) à travers laquelle le sujet cherche à se faire reconnaître par autrui, à trouver sa place dans le groupe, à construire une image positive de lui-même et à affirmer son individualité. Dans ce « jeu », l'expérience groupale permet d'observer sur le vif l'interaction entre la perception de soi et le rapport à autrui, entre l'image de soi et les comportements effectifs. C'est en cela qu'elle joue le rôle d'un miroir grossissant. Le sujet peut y ressaisir la demande et le désir (adressés à l'autre) qu'il investit dans sa quête de lui-même.

C'est la démarche qu'a suivie, par exemple, Yolande à travers plusieurs expériences, une forte implication et pas mal de moments difficiles ; elle s'efforce de comprendre les images qu'elle tend à donner – de quelqu'un qui veut toujours aller plus loin, qui prône la liberté d'expression des désirs et des pulsions, qui remet en cause le pouvoir et les contraintes : « Souvent, très souvent, je suis « celle qui pousse à aller plus loin » ; dans un autre groupe, je suis celle qui transgresse, l'enfant terrible [...] Si je joue ce rôle dans un groupe, de celle qui laisse parler la pulsion, je peux voir aussi que ce comportement s'associe à une résistance en face de moi [...] Quand l'opposition cède, je cesse de pousser et je commence à paniquer. Cela m'est arrivé l'année dernière quand les gens, las de s'opposer, m'ont posé la question : « Qu'est-ce que tu veux ? » ; en fait, j'étais incapable de répondre. D'où la question que je me pose : en quoi consiste ce jeu, qu'est-ce que je cherche réellement si ce n'est pas ce que je clame sur les toits ? [...] En évacuant ainsi un conflit (entre désirs et défenses) à l'extérieur et en me servant des autres pour me contrôler, je me permets d'éviter un conflit interne et une culpabilisation possible sur un manque de "courage" pour dépasser mes mécanismes de défense. C'est lui (le groupe) qui devient responsable des limites de mon éventuelle évolution. »

Yolande montre ainsi avec beaucoup de perspicacité comment les conflits internes entre instances, le jeu des désirs et des défenses, sont projetés dans le groupe sous forme de tensions interpersonnelles. En même temps, la situation groupale réactive et stimule la conflictualité interne des participants, et notamment les conflits liés à la construction identitaire.

## 5 L'IDENTIFICATION GROUPALE

---

Nous avons vu que, face au groupe, la première réaction de l'individu est souvent une réaction de défense, liée au sentiment que celui-ci menace et limite son individualité. Mais d'autres réactions, moins directement exprimées, sont tout aussi importantes : le désir d'entrer en communication avec autrui, de faire connaissance (de connaître les autres et de s'en faire reconnaître), de créer un lien entre les participants et finalement de « constituer un groupe ».

Aussi fort que le besoin de se préserver du groupe est donc le besoin de s'y intégrer, de construire une entité supérieure aux individualités en présence, de former un « nous » fusionnel. Il semble qu'il y ait chez chacun l'image et l'attente d'une totalité groupale unifiée, perçue imaginativement comme une sorte d'être social unique.

Alors que jusqu'ici identité et groupe ont semblé s'opposer, je voudrais montrer qu'en fait tout un réseau de résonances et de correspondances les unit au niveau inconscient. Il suffit que les individus soient réunis pour qu'ils cherchent à construire une identité collective conçue sur le mode de l'identité personnelle.

Mais un groupe n'est pas seulement un ensemble d'individus en interaction ; c'est, plus fondamentalement, une institution porteuse de valeurs, de normes et de règles qui structurent la perception, les sentiments et les comportements de ses membres.

L'expérience révèle aussi un lien d'identification profond de l'individu au groupe en tant qu'objet imaginaire, lien qui éclaire aussi bien les caractéristiques de l'identité subjective que les processus groupaux.

## 5.1 Le groupe comme totalité

Après K. Lewin (le fondateur de la « dynamique des groupes », inspirée par la théorie de la forme), l'approche systémique a conceptualisé le fait que le groupe constitue une totalité, différente des éléments qui la composent, et obéissant comme telle à des processus et des mécanismes spécifiques<sup>1</sup>. C'est ce qui explique que l'on puisse repérer des phénomènes propres au groupe largement indépendants des individualités qui le composent et qu'il soit possible d'élaborer une dynamique ou une systémique des groupes. La groupalité constitue donc un ordre de phénomènes originaux qui appartiennent à un autre « type logique » que l'individualité ou la relation duelle (ainsi peut-on constater qu'un couple, en présence d'amis, ne peut avoir la même conversation intime qu'en tête à tête). Dans un groupe, chaque membre devient un élément de la totalité et, comme tel, ses perceptions, ses sentiments et ses comportements sont affectés et contraints par l'ensemble.

### 5.1.1 Un être indifférencié

Ce fait est ressenti intensément par les participants mais retraduit souvent dans le langage et la logique de la « psychologie » individuelle (celle du « sens commun » et des « théories implicites de la personnalité »). Le groupe est alors perçu comme une individualité, entité uniforme et indivisible ; citons un témoignage parmi bien d'autres, celui de Laurence : « Une chose me frappe [...] : la perception que j'ai du groupe comme une entité où les individus me semblent au départ indifférenciés aussi bien dans leurs personnalités que dans leurs sexes. » Le discours des participants reflète bien cette vision à travers des expressions sans cesse employées comme « le groupe pense... », « le groupe souhaite... », « le groupe ressent... », « le groupe est de bonne humeur aujourd'hui », etc. Cette représentation d'un être à la fois massif et composite où se fondent et disparaissent les individualités n'est pas sans provoquer un certain malaise et même, quelquefois, un certain effroi qu'exprime bien Bruno : « Ma perception du groupe se réduisait à la considération d'un monstre à plusieurs têtes, plusieurs bras et plusieurs jambes. Autrement dit, j'ai toujours considéré le groupe comme une totalité. »

Cette sensation est souvent ressentie avec acuité lorsqu'une personne pénètre dans une pièce et se trouve face à une réunion d'inconnus ; elle a alors le sentiment d'une entité homogène et fermée dans laquelle il n'est pas facile de s'inclure (même si, en fait, les participants ne se connaissent pas et n'ont pas l'impression de former un groupe). C'est, par exemple, ce qu'éprouve Anne en entrant dans un groupe de formation à la troisième séance : « *Lorsque je suis arrivée, le groupe avait déjà deux semaines ; je me*

1. Cf. sur l'approche systémique : Marc et Picard, 2000a, première partie.

*suis trouvée en face de quelque chose de cohésif dont je ne faisais pas partie, dont j'étais exclue ; j'étais mal à l'aise. »*

Cette image du groupe comme entité indivisible peut se saisir aussi symboliquement dans la disposition spatiale qu'adoptent spontanément la plupart des groupes, quand elle est possible : le cercle<sup>1</sup>. Lorsque les participants sont autour d'une table, le fait que certains s'asseyent en retrait est mal vécu par les autres ; c'est interprété comme la volonté de leur part de « rester en dehors du groupe ». Jacques note à propos d'une séance : « Elle m'a semblé plus réussie ; le groupe donnait une impression d'unité du fait que tout le monde était assis autour de la table. » Le cercle apparaît comme la « bonne forme » qui renvoie aux participants l'image d'un groupe plein, cohésif, unifié où chacun est à égale distance du centre.

Ainsi, dans un groupe de développement personnel, l'animatrice propose aux participants à la fin d'une journée assez éprouvante en raison de nombreux conflits de former un cercle debout en se tenant les uns les autres par les épaules ; peu à peu ce cercle s'anime spontanément d'un mouvement ondoyant comme un lent bercement collectif ; les participants sortent apaisés de cette expérience ; plusieurs disent avoir fermé les yeux « pour se sentir plus en union avec le groupe » ; ils ressentent de la satisfaction à « s'être fondus dans un seul groupe ». À l'inverse, une disposition éparpillée dans la salle provoque souvent une impression de morcellement et de malaise, comme l'exprime cette participante (la salle en question, avec ses bancs fixes ne permettant pas une disposition circulaire) : « *Je ne me sens pas bien dans cette salle ; j'ai l'impression que nous ne pourrions jamais former un groupe.*

– *Pourquoi ?* lui demande-t-on.

– *Ce serait mieux si on pouvait se mettre tous en cercle. »*

### 5.1.2 Le besoin de former un groupe

Un autre fait frappant est que, dans l'évaluation du succès ou de l'échec d'une session, le sentiment d'« avoir réussi à former un groupe » est un des premiers critères mis en avant par les participants. Pourtant, il ne s'agit pas généralement d'un objectif posé explicitement par l'animateur ; il est néanmoins ressenti, plus ou moins consciemment, comme un but essentiel. Si l'on interroge les intéressés sur ce qu'ils entendent par « former un groupe », leurs réponses les plus fréquentes sont : « avoir un sentiment d'unité, de cohésion », « avoir le sentiment d'être ensemble, de constituer une unité », « former une équipe cohérente et équilibrée », « avoir quelque chose en

1. Cette disposition a aussi, bien sûr, un aspect fonctionnel car elle assure à chacun la meilleure visibilité sur l'ensemble du groupe.

commun », « avoir ensemble un vécu commun », « aller tous ensemble dans le même sens », « avoir une histoire commune », « c'est quand tout le monde participe et s'exprime », « quand tout le monde se connaît »... On retrouve certains de ces éléments dans des notations plus élaborées ; la première, de Dominique, intervient après la troisième séance : « Avec ce retour sur ce moment vécu par le groupe [autour du « problème Françoise »], je sens mieux que le groupe – même hésitant, à la recherche d'un équilibre, d'un *modus vivendi* pour évoluer – a déjà une petite histoire, un passé. S'il n'existe pas encore en tant qu'entité, il a déjà existé, vécu. Je sens cela comme une confirmation de cette norme implicite de "faire partie du groupe", de "faire que le groupe existe". » La seconde, de Christophe, est faite vers la cinquième séance : « Nous constituons de plus en plus un groupe uni, dans la mesure où nous nous connaissons de plus en plus, et notre intérêt de ce fait pour le groupe croît constamment, où notre "ressenti", notre "vécu" commun se développe ; par là, nous veillons de plus en plus à cet équilibre que nous élaborons ensemble, à son maintien, à son intégrité. »

L'objectif de former un groupe constitue ainsi une norme implicite, fortement intériorisée, avec les connotations dominantes d'unité, d'ensemble cohésif et intégré, de communauté et d'interconnaissance, d'évolution commune, d'équilibre. On constate que la plupart de ces traits pourraient caractériser un sujet individuel et instaurer une sorte de « moi groupal<sup>1</sup> ». D'ailleurs le groupe n'« existe » aux yeux des participants que lorsqu'il présente ces caractéristiques.

Dominique : « *Il faut que nous soyons tous ensemble pour parler de la même chose et c'est pourquoi j'ai l'impression que la séance ne commence qu'au moment où nous sommes face à la même chose, en l'occurrence ici le silence.* »

Le groupe, en tant qu'ensemble, « moi groupal », est perçu comme « supérieur » aux membres qui le composent et il apparaît légitime à ceux-ci que leurs désirs et leurs volontés personnels lui soient subordonnés.

Maria : « J'ai donc pu noter combien un groupe, ou plutôt ce que j'ai pu y percevoir, exerce un pouvoir sur mon individualité. J'ai préféré être en accord avec le consensus général que de répondre à un besoin personnel. »

C'est dans ce sens que la groupalité impose nécessairement une limitation au sentiment d'identité personnelle ; cela résulte d'une sorte de contradiction logique : on ne peut être à la fois une partie d'un tout et une totalité en soi ; la « souveraineté » perçue du groupe, comme entité collective, n'est pas

1. Sur cette notion, cf. R. Kaës, « Identification multiple, personne conglomérat, moi groupal », *Bulletin de psychologie*, t. XXXVII, n° 363, 1983.

compatible avec la souveraineté individuelle<sup>1</sup>. Si le groupe est doté d'une identité singulière, comparable à celle de l'individu, cette identité ne peut se constituer qu'au détriment des identités individuelles.

Cependant, ce qui fonde la groupalité n'est pas seulement la réunion de plusieurs individus : tout groupe tend à se constituer en *institution* exerçant un effet structurant sur l'identité.

## 5.2 Le groupe comme institution

Dire que le groupe constitue une *institution*, c'est poser l'hypothèse qu'il tend à produire des valeurs, des normes et des rituels structurant et commandant son mode de fonctionnement. L'expérience du « groupe d'évolution » permet de saisir la genèse de ce processus puisqu'un minimum de règles est posé au départ (en gros une règle de présence et une invitation à l'expression de ce qui est vécu dans la situation). Bien sûr, le fait que peu de règles explicites soient énoncées ne signifie pas qu'il n'y ait pas l'intervention de normes implicites ; certaines sont préexistantes à l'expérience et résultent de la culture commune aux participants (il s'agit des normes sociales qui définissent dans une culture donnée le « savoir-vivre » collectif) ; mais d'autres se constituent dans l'expérience elle-même et sont « inventées » progressivement par les participants, instaurant une sorte de « code constitutif » de la groupalité.

Le terme de code est employé ici dans un sens juridique, c'est-à-dire comme l'ensemble de valeurs et de normes qui commandent la vie collective. On constate que les participants en viennent spontanément à poser et à défendre quelques valeurs fondamentales qui leur semblent la condition nécessaire de l'existence du groupe. Ces valeurs – que l'on peut à travers l'observation ramener aux trois grands principes d'unité, d'intégration et de continuité – génèrent des normes et des rituels qui assurent leur mise en œuvre.

### 5.2.1 La recherche d'unité

La première valeur, qui a le caractère d'une sorte d'évidence, est *la recherche de l'unité* du groupe. Tout ce qui peut favoriser cette unité est ressenti comme positif ; tout ce qui peut la menacer est jugé négatif et rejeté.

1. C'est cette contradiction à laquelle se heurte Rousseau dans le *Contrat social* ; lui aussi, pensant la collectivité sur le mode de l'individualité, ne peut arriver qu'à la conclusion que la volonté individuelle doit totalement s'effacer devant la volonté générale et que la souveraineté de l'être collectif ne peut être qu'absolue.

L'unité est recherchée d'abord dans la réalisation d'une activité commune réunissant tous les membres du groupe ; la définition d'une telle activité est très souvent le premier objectif que se fixe le groupe dans ses débuts.

Au cours d'une troisième séance, Gisèle indique : « *Il faudrait peu de chose pour que tous les membres s'animent au même moment et non deux d'un côté et trois de l'autre ; une tâche commune me semble nécessaire.* » Un peu plus tard, Martine : « *Peut-être assisterons-nous dans quelque temps à des discussions qui réuniront tous les participants. Je ne pense pas que ce soit une utopie.* »

Ce besoin d'une activité commune, comme condition de l'unité du groupe, semble si important que les participants sont prêts à des « sacrifices » pour le satisfaire : lors d'une séance un thème de discussion est proposé par quelqu'un ; bien qu'à l'évidence personne ne s'intéresse réellement à ce thème, la nécessité de le conserver est défendue à plusieurs reprises.

Nicolas : « *En fait, même s'il n'est pas vraiment passionnant, au moins c'est un truc à faire ensemble, ça permet à tout le monde de participer.* »

Les moments où le groupe entier est absorbé dans un intérêt commun apparaissent comme hautement positifs et valorisés ; cet intérêt commun est souvent la polarisation sur une personne qui devient le centre de l'attention générale.

Lors d'une séance intense, Colette « craque » : tout le groupe se porte alors à son secours pour lui apporter soutien et réconfort ; Sophie souligne combien ce moment a été formidable pour elle : « *J'ai perçu le groupe comme une unité, un ensemble indifférencié [...]* ; les membres du groupe ne formaient alors qu'une seule et même personne n'ayant pour seule ambition que d'aider Colette. »

Cette unité peut se faire aussi *contre* quelque chose ou quelqu'un : un objet extérieur, un membre du groupe ou l'animateur.

Chantal : « *Je ressens, pendant un bref instant, que nous formons un groupe uni devant ou contre l'animateur ; j'ai l'impression que nous ne pouvons être un groupe que contre quelqu'un, nous avons besoin d'un bouc émissaire.* »

La valorisation de l'unité se marque aussi par la fuite ou le rejet de ce qui pourrait diviser le groupe. On constate, par exemple, la répugnance des participants à se scinder en sous-groupes : dans une session de formation, une opposition se cristallise entre ceux qui souhaitent une implication personnelle et une centration sur les relations entre participants et ceux qui voudraient que l'on débâte de sujets extérieurs ; je suggère alors que l'on se divise en deux sous-groupes correspondant à ces deux options. Cette propo-

sition est quasi unanimement repoussée ; les participants déclarent qu'ils préfèrent rester ensemble même s'ils ne trouvent pas d'intérêt commun et ne s'entendent pas ; paradoxalement le fait de constater et de sembler entériner la division du groupe l'amène à restaurer son unité dans le refus de la séparation.

On peut comprendre aussi dans ce sens les réactions négatives souvent constatées à l'égard de relations préférentielles dans le groupe.

Ainsi Nadine réagit à la relation amicale manifeste qui lie deux participantes : « *C'est très gênant d'afficher une relation duelle pour la cohésion du groupe [...] c'est plutôt déstabilisant ; et figer un "couple" à l'intérieur du groupe, c'est exclure les autres.* » Même réaction de Jacques dans une autre session : « *Cathy et Florence entretiennent une relation privilégiée. Pourquoi cela me gêne-t-il autant ? Très sincèrement, je pense que c'est parce que ça nuit à l'unité du groupe.* »

D'ailleurs souvent les participants qui ont une relation amicale antérieure tentent de la dissimuler ou de ne pas la manifester : Claudine explique qu'elle essaie de se comporter à l'égard de son amie Sylvie comme envers les autres membres et qu'il ne serait pas « juste » et « équilibré » qu'il en soit autrement.

De la même façon, les apartés sont généralement mal tolérés : il ne doit y avoir qu'une parole commune destinée à l'ensemble du groupe

Les participants d'un groupe décident unanimement qu'il convient d'éviter les apartés ; Stéphanie commente ainsi cette décision : « Je pense que d'éprouver un même refus d'une façon si unanime soude le groupe ; on se sent alors bien dans le groupe qui forme une unité rassurante : on a moins peur de l'autre, qu'il ne pense pas comme nous, qu'il n'ait pas les mêmes désirs, puisqu'on fait l'expérience d'être tous d'accord ». Cette remarque montre que les apartés peuvent apparaître comme une façon de se désolidariser des autres, comme l'expression d'un désaccord intime.

### 5.2.2 L'intégration

La recherche d'intégration apparaît comme une seconde valeur constitutive de la groupalité. Sentir le groupe intégré est vécu positivement alors que le sentiment inverse est source de malaise et d'angoisse. À partir du moment où les participants éprouvent le besoin de former un groupe, de constituer une unité, ils ressentent comme nécessaire que tous y participent ; toute forme de dissidence ou de rupture du lien collectif (comme le silence par exemple) entraîne un sentiment dysphorique. La communication a pour but premier de manifester l'intégration et le lien groupal ; il est donc important que tout le monde y participe de manière équilibrée ; c'est Isabelle qui s'exclame : « *J'aimerais dans l'absolu que tout le monde participe de façon égale.* »

Cela se traduit aussi par le besoin d'un même niveau d'implication qui conduit à exercer une pression insistante sur ceux qui restent sur la réserve pour les amener à participer.

Katia : « Le désir d'unité du groupe s'est manifesté par le besoin verbalisé que tout le monde s'implique également ; cela est d'abord apparu sous forme de souhait, puis de demande plus appuyée, pour s'orienter ensuite vers des comportements plus agressifs envers les « silencieux ». »

C'est même là une des sources les plus constantes de tension dans le groupe que cette difficulté à tolérer une participation inégale : « Nous avons tous l'attente de l'implication de tous, mais surtout le désir d'une implication égale, égalitaire. Nous n'arrivons pas à assumer, à accepter la différence de degré d'implication et de mode d'implication. Cela menace-t-il l'unité, la cohésion recherchée du groupe ? », s'interroge François.

### 5.2.3 Continuité et constance

La continuité du groupe est aussi l'un des principes constitutifs poursuivis et valorisés. Elle suppose une certaine constance dans le temps. Un indice en est, par exemple, le ressenti négatif qui accompagne les absences ; ainsi, lors d'une séance, il y a plusieurs absents en raison d'une grève des transports ; cette défection est vécue par les présents comme une véritable « amputation » et entraîne un climat dépressif ; c'est notamment Christian qui note : « Le groupe se trouvait amputé de presque la moitié de ses membres, ce qui m'a semblé être au départ un lourd handicap [...] Cette absence constituait pour moi un manque et par là même une entrave au bon fonctionnement du groupe [...] En effet, pour moi, chaque membre a une importance mais aucun n'est interchangeable. Or le groupe n'était pas au complet et je ne ressentais plus son intégrité, je ne percevais donc plus de continuité, et par là même plus de cohésion » ; la continuité est donc liée ici à un sentiment de « complétude » du groupe. Dans une autre session, c'est l'animateur qui, un jour, est absent : les participants décident que la séance aura lieu quand même ; la fois suivante, Andrée s'exclame : « *Le plus formidable, c'est de savoir que personne n'a eu le désir de partir alors que c'était possible* » ; elle trouve donc dans la « complétude » du groupe la preuve de son existence et de sa continuité. Cette appréciation est habituelle ; ainsi Aurélie observe : « *Sylvie regrette que tout le monde ne soit pas là en même temps. Je suis d'accord avec elle ; je trouve désagréable que le groupe ne soit pas là au complet, que certains membres du groupe puissent vivre quelque chose que d'autres ne vivent pas. Et c'est formidable, je trouve ; car à partir du moment où ce regret est évoqué, c'est que nous nous sentons vraiment membres de ce groupe. Moi ça me gêne qu'il y ait des absents.* »

De même, une rupture dans la continuité du rythme des séances est généralement ressentie comme dommageable pour la vie du groupe ; ainsi, très

souvent après l'interruption des vacances, les participants ressentent le besoin de « reconstituer le groupe », de refaire le lien avec ce qui s'était passé dans la dernière séance.

Laurent note à propos d'une séance de reprise, début janvier : « Cette séance m'a semblé plus difficile, mais je pense que c'était dû à la rupture des vacances ; c'est comme si l'effort pour former un groupe était à reprendre et j'ai eu l'impression que nous devions revenir en arrière pour renouer un fil qui avait été rompu. »

On observe aussi que la fin d'un groupe est vécue souvent de façon dépressive, comme la disparition d'un être proche : dans l'avant dernière séance d'une session de formation, une participante évoque une expérience de spiritisme ; une longue et intense discussion s'ensuit pour savoir s'il y a ou non une existence après la mort ; puis, progressivement, un lourd silence s'installe interrompu par quelques paroles chuchotées comme si l'on veillait un défunt ; plusieurs participants établissent alors spontanément un lien avec la « mort » prochaine du groupe.

Les notions de continuité et de constance n'entraînent nullement celles d'immobilité et de fixité ; au contraire : la vie du groupe implique le mouvement, l'évolution, la progression ; nombreuses sont les métaphores qui viennent exprimer cette attente : le fait que le groupe « avance », « bouge », « progresse », « évolue » est ressenti positivement comme la preuve qu'il « marche bien ».

Jacques : « *Je m'aperçois qu'à chaque séance notre groupe a évolué, nos échanges sont plus riches, des liens se tissent de plus en plus entre chacun d'entre nous.* »

Au contraire ce qui est le plus mal vécu, c'est le sentiment que le groupe « piétine », « tourne en rond », « n'avance pas », « stagne » ou même « recule ».

Florence : « Depuis quelques séances je n'éprouve plus la même passion et le même intérêt pour le groupe ; j'ai l'impression qu'il n'avance plus et qu'il butte toujours sur les mêmes obstacles ; ça vient du fait que certains ont progressé mais que les autres ne suivent pas et freinent ; il faudrait pouvoir avancer tous ensemble. »

Au fond, la continuité du groupe est celle d'un être qui naît, se développe, grandit, s'épanouit et meurt.

On constate d'ailleurs que les valeurs attachées à la groupalité – l'unité, l'intégration, la constance, la continuité et le développement – sont celles-là même qui caractérisent l'identité personnelle. Tout en ayant une perception intuitive des notions de totalité et de système, et de ce qu'elles impliquent, les participants ont tendance à se les représenter sur le même modèle que l'identité individuelle.

Sous cet angle, il semble bien que l'expérience de la dynamique de groupe ne fasse que mettre en lumière – et rendre perceptibles – des processus affectifs et cognitifs à l'œuvre dans tout vécu de groupe ; on aura pu souligner au passage combien les caractéristiques que nous avons relevées sont comparables à celles que l'on retrouve dans les groupes de travail, les associations, les réunions amicales ou la vie politique. Pour évoquer ce dernier contexte, il est frappant de constater à quel point le discours politique tend à une personnalisation de la nation dont il convient à chaque instant de défendre l'unité, l'intégrité et la continuité<sup>1</sup>.

### 5.2.4 *Le groupe : surmoi et idéal du moi*

C'est cette homologie imaginaire entre l'identité personnelle et l'identité collective qui permet et favorise un lien d'identification entre l'individu et le groupe. On peut même penser que c'est l'une des sources les plus profondes du sentiment d'identité. Elle est repérable au niveau de la structuration de la personnalité dans les instances du *surmoi* et de l'*idéal du moi* auxquelles le sujet s'identifie dans une représentation normative et idéalisée de lui-même. C'est Freud lui-même, on le sait, qui, à plusieurs reprises, a souligné le caractère social de ces instances. Dans son étude *Pour introduire au narcissisme* (in 1969, p. 105), il note ainsi :

De l'idéal du moi, une voie importante conduit à la compréhension de la psychologie collective. Outre son côté individuel, cet idéal a un côté social, c'est également l'idéal commun d'une famille, d'une classe, d'une nation.

De même dans *Psychologie collective et analyse du moi* (in 1970a, p. 157), il écrit :

Chaque individu [...] a construit son idéal du moi d'après les modèles les plus divers. Chaque individu participe ainsi de plusieurs âmes collectives, de celle de sa race, de sa classe, de sa communauté confessionnelle, de son État, etc.

Dans *Malaise dans la civilisation*, il montre que le surmoi de l'enfant ne s'édifie pas seulement sur le modèle des parents mais sur celui de leur propre surmoi, influencé lui-même par les modèles culturels qui véhiculent les

1. J'évoquais précédemment J.-J. Rousseau : c'est la métaphore du corps humain qui lui vient pour signifier la totalité des individus liés par le *Contrat social* : « Sitôt que cette multitude est ainsi réunie en un corps, on ne peut offenser un de ses membres sans attaquer le corps, encore moins offenser le corps sans que les membres s'en ressentent » (livre I, chap. VII) ; plus loin il pose le principe de l'indivisibilité du corps social : « Car la volonté est générale, ou elle ne l'est pas ; elle est celle du corps du peuple ou seulement d'une partie [...] Mais nos politiques, ne pouvant diviser la souveraineté dans son principe, la divisent dans son objet [...] Ils font du souverain un être fantastique et formé de pièces rapportées ; c'est comme s'ils composaient l'homme de plusieurs corps, dont l'un aurait des yeux, l'autre des bras, l'autre des pieds et rien de plus » (livre II, chap. II).

valeurs, les normes et les idéologies d'une collectivité. On comprend, dans cette perspective, que le groupe offre un support privilégié à la projection de la dimension surmoïque de l'identité. Ce mécanisme semble prédominant dans la première phase de l'expérience groupale ; les participants ressentent alors le groupe, ainsi qu'on l'a souligné, comme une instance qui juge, évalue, interdit. Cependant l'identification transparait dans le fait que toute critique portant sur le groupe atteint les participants. Comme le remarque Christine, « le groupe n'accepte pas que quelqu'un remette en cause son fonctionnement car je crois que les gens qui adhèrent à ce fonctionnement ont l'impression d'être eux-mêmes critiqués. Chacun a individuellement l'impression qu'on le critique, que c'est lui qui est en cause ».

Dans un second temps, c'est la dimension de l'idéal qui semble venir au premier plan : les participants cherchent alors dans le groupe le reflet d'une image idéalisée d'eux-mêmes.

Joëlle : « Je prends conscience que ce n'est pas à tel ou tel que je veux plaire, mais que c'est au groupe ; je voudrais qu'on me trouve "bien", comme ça je pourrais avoir une bonne image de moi-même, me sentir fière de moi. »

Ces deux phases montrent bien que le sentiment subjectif d'identité est originellement dépendant du regard d'autrui, d'un « autrui généralisé » (selon l'expression de G. Mead), d'un « on » (dans le sens où, comme J.-P. Sartre l'a mis en lumière, « perpétuellement, où que je sois, *on* me regarde » (1943, p. 329)). Notons d'ailleurs qu'à ce stade les participants s'expriment souvent sur un mode impersonnel, utilisant de préférence le pronom « on ». On peut observer que c'est lorsque ces deux phases ont été traversées, et, d'une certaine façon, « acceptées » (vécues, comprises et dépassées) qu'ils peuvent dire « je », se montrer et se reconnaître « tels qu'ils sont », c'est-à-dire laisser venir au premier plan leur *identité moiïque* (celle qui correspond au sentiment et à l'image qu'ils ont de leur moi vivant et agissant dans la situation, plutôt qu'à ce qu'ils devraient ou voudraient être).

### 5.2.5 *La conformité supérieure de soi*

La dimension groupale du surmoi et de l'idéal du moi ainsi que l'identification au groupe qu'elle favorise permettent certainement d'éclairer un phénomène que J.-P. Codol a dégagé sous l'expression de « conformité supérieure de soi ». Elle désigne le fait que dans un groupe il existe une tendance importante de chacun à affirmer qu'il est plus conforme que les autres aux normes en vigueur dans le groupe (telles que ces normes sont perçues ou vécues) ; cette tendance est d'autant plus forte que leur degré de normativité est élevé<sup>1</sup>.

1. Cf. notamment Codol, 1979.

Pour expliquer ce phénomène, J.-P. Codol fait appel à un double processus. Parce qu'ils sont désireux de donner à autrui une image favorable d'eux-mêmes, les individus sont portés, en général, à affirmer leur conformité aux normes (de fait ou désirables) en vigueur dans la situation sociale où ils sont impliqués. Mais en même temps, cette conformisation peut être vécue comme une limitation posée à l'autonomie et à l'originalité de l'individu et donc comme une atteinte à son identité. L'issue entre ces deux processus peut être alors de se distinguer en s'affirmant plus conforme que les autres aux normes en vigueur.

L'observation des groupes confirme ces travaux de nature expérimentale ; on constate notamment que chacun tend à s'affirmer plus en accord avec la règle d'implication que les autres (en tout cas pour les participants pouvant avoir le sentiment de s'impliquer car, comme Codol l'a aussi montré, le phénomène n'intervient pas pour les personnes qui se sentent trop éloignées de la norme). Cependant, ce phénomène est variable selon la personnalité des individus. Codol semble établir qu'il intervient préférentiellement dans la catégorie des sujets pour lesquels « l'aspect normatif des situations sociales est vécu comme contraignant, oppressant, uniformisant et est, pour cela, source d'une certaine insatisfaction anxieuse » ; les uns réagissent paradoxalement à cette situation par l'affirmation d'une conformité supérieure, à la fois valorisante et distinctive ; les autres au contraire semblent renoncer à la valorisation et se situent en marge des normes du groupe ; ces différentes tendances peuvent d'ailleurs coexister chez une même personne.

En se situant dans la perspective du processus d'identification intervenant entre l'individu et le groupe, on peut aussi interpréter le phénomène de conformité supérieure de soi dans une direction qui, sans du tout remettre en cause les hypothèses de Codol, apporte un éclairage en partie différent. Il résulterait d'un double mouvement : d'une part une introjection des normes, marquant la dépendance de l'individu par rapport à la groupalité et poussant au conformisme ; d'autre part une projection de l'identité propre sur le groupe qui amène l'individu à privilégier son interprétation des normes groupales et par là même à percevoir les autres comme moins en accord que lui-même avec ces normes (on pourrait dire que l'*ego-centrisme* du regard que l'individu porte sur le groupe l'amène nécessairement à se sentir au centre de celui-ci, à moins qu'il n'adopte une position périphérique dans un but défensif).

### 5.3 L'identification projective

Nous avons souligné à plusieurs reprises la tendance à la personnalisation du groupe comme l'une des composantes de l'identification groupale. Cependant, ce n'est pas seulement comme totalité que, dans l'imaginaire, s'établit une correspondance entre l'individu et le groupe ; c'est aussi, comme on l'a vu, certaines dimensions spécifiques de son identité que le sujet projette,

selon les occasions et les moments, sur le groupe : instance surmoïque, idéal du moi, fonction moïque ou aspects pulsionnels.

### 5.3.1 *Rôle de la personnalité centrale*

Ce phénomène de projection peut prendre comme support soit la totalité, soit un sous-groupe, soit certaines individualités assumant des fonctions particulières. On a trop tendance à ramener ces fonctions à la notion de *leadership* ; en fait, le groupe peut se structurer autour de personnalités « centrales » occupant des positions très diversifiées (leader, bouc émissaire, héros, adjuvant, opposant<sup>1</sup>...) ; elles peuvent remplir différents rôles que F. Redl a bien mis en lumière : rôle de surmoi, d'idéal du moi, de soutien du moi ou de stimulation pulsionnelle<sup>2</sup>...

L'importance prise par la « personnalité centrale » tient à ce qu'elle est souvent une image identificatoire à la fois pour l'individu et pour le groupe (comme support à sa personnalisation) ; c'est pourquoi, lorsqu'elle fait défaut, cela présente un caractère déstabilisant pour celui-ci.

C'est notamment ce que ressent vivement Florence lorsque Françoise qui a assuré l'« animation » du groupe pendant plusieurs séances semble se retirer : « Le groupe qui se croyait bien en place est d'un coup en déséquilibre : un des membres abdique. Chacun est blessé dans son amour propre ; il est touché au plus profond de lui-même. Chaque membre s'était intégré dans ce groupe tel qu'il était ; et en un instant, c'est une remise en question : un des piliers s'écroule. C'est comme un château de cartes qui s'abat lorsqu'une carte faiblit. » Florence souligne bien comment la défaillance du « pilier » que constituait Françoise atteint à la fois l'intégration du groupe et le sentiment interne d'intégrité de chacun montrant par là même la relation étroite entre les deux et la blessure narcissique ressentie lorsque le groupe est touché.

### 5.3.2 *L'affectivité groupale ?*

Ce qui ancre fortement le sentiment d'unité et d'analogie entre l'individu et le groupe, c'est l'existence d'une affectivité groupale. Cette existence, qui ne peut que frapper l'observateur, a été mise en relief et analysée notamment par W. Bion (1965) ou M. Pagès (1969). Elle est indéniablement l'une des dimensions fondamentales de la vie des groupes. Cependant son interprétation soulève des questions théoriques complexes. En faisant de ce phénomène l'indice d'une affectivité du groupe (dans le sens d'un sentiment éprouvé collectivement par la totalité du groupe), ne cède-t-on pas précisé-

1. On pourrait notamment s'inspirer avec profit des catégories actantielles dégagées par l'analyse sémiotique.
2. F. Redl, Personnalité centrale et émotion de groupe, in Lévy, 1970.

ment à cette illusion d'un groupe personnalisé éprouvant des sensations, des émotions, des sentiments à l'instar d'un individu ? Ne peut-on comprendre plutôt l'affectivité groupale comme la réaction similaire d'individus placés dans la même situation ? Irait dans ce sens le fait aisément constatable que tous les participants n'éprouvent pas toujours les mêmes sentiments et que chacun réagit aussi en fonction de son implication présente et de sa personnalité ; il est d'ailleurs fréquent que lorsqu'un participant s'exclame « *le groupe est angoissé* » ou « *le groupe est bloqué* »..., il y en ait souvent un autre pour le contredire : « *Mais moi je ne suis pas angoissé du tout* » ou « *je ne me sens absolument pas bloqué* »... ce qui montre bien à la fois qu'une émotion est ressentie comme dominante, et que certains n'y participent pas.

On retrouve ces deux aspects dans ce témoignage d'Éva : « Presque à tout moment, je vivais les émotions et affects en accord avec le restant du groupe. Je ne me suis sentie à l'écart du vécu général que deux ou trois fois [...] Je ressentais le groupe comme très unifié dans le sens où chaque thème élaboré correspondait à ce que je vivais à ce moment-là. C'est pour cela que toutes les gratifications et frustrations vécues par le groupe, je les vivais tout aussi intensément que les autres. »

Mais il ne faudrait pas non plus interpréter l'affectivité dans le groupe comme la simple addition de réactions individuelles à un même stimulus. En effet certains processus groupaux contribuent à l'amplification et à l'unification du vécu collectif : c'est le cas, par exemple, d'une sorte de « contagion » affective, très souvent observée ; elle résulte d'une empathie élémentaire qui fait que chacun, en se mettant « à la place » de l'autre, est amené à ressentir des sentiments semblables aux siens.

Joël : « J'ai vu que Gérard se troublait, il est devenu assez pâle et sa voix tremblait ; je le sentais mal à l'aise et j'ai eu peur, un instant, qu'il ne se mette à pleurer ; je me suis senti moi-même très mal à l'aise, car, involontairement, je m'imaginais à sa place. »

Il s'agit là d'une forme passagère et minimale d'identification qui se fait à partir d'une réaction commune, ou imaginée commune, face à une même situation de base (peur, compassion, honte, rire, colère, attaque, défense...) ; elle constitue une des composantes fondamentales de l'affectivité groupale.

Une autre est le phénomène de « résonance fantasmatique » analysé par D. Anzieu (1975). Un des fantasmes unificateurs de la groupalité est, selon R. Kaës, celui de la fusion, de l'incorporation de chacun dans un corps groupal, fantasmé comme corps maternel<sup>1</sup>. Il présente un caractère sécurisant,

1. De même que l'identité personnelle s'étaye sur l'enveloppe corporelle (selon la notion de « moi-peau » développée par D. Anzieu, 1985), l'identité groupale requiert la fantasmatisation d'une enveloppe commune.

mais sa nature imaginaire le rend nécessairement fragile, ce qui peut être aussi source d'angoisse du fait de l'identification de l'individu au groupe. R. Kaës pose l'hypothèse que « les angoisses relatives au corps propre des membres d'un groupe sont la conséquence de l'absence du corps groupal et des projections faites sur l'objet fantasmatique qui en tient lieu » (1976, p. 206). En même temps, la corporéité est l'« épreuve de réalité » qui distingue la psyché individuelle et la structure psychologique du groupe, l'identité personnelle et l'identité groupale, comme le souligne D. Napolitani :

La dynamique intrasubjective se déroule, écrit-il, dans les limites précises de la corporéité (image du corps) individuelle qui se constitue comme donnée première, objectivement identifiable grâce à sa continuité dans le temps et dans l'espace, et à la fondamentale indivisibilité de ses parties. La dynamique intersubjective se déroule au contraire dans une structure relationnelle qui tend à assumer sa propre homogénéité, sur le plan fantasmatique de l'image du corps individuelle [...] sans en avoir pour autant les mêmes caractéristiques de matérialité et de ferme identité<sup>1</sup>.

Cependant, au niveau imaginaire, il y a une correspondance et une mise en résonance entre l'intérieur et l'extérieur, entre l'intrapsychique et l'interpersonnel.

### 5.3.3 *Intra- et intersubjectivité*

Nous pouvons apporter quelques exemples de cette correspondance. Le premier est le fait que les conflits sont mal tolérés dans les groupes. La raison en est d'abord qu'ils donnent l'image d'un groupe divisé.

Thérèse note à propos d'un affrontement vif sur les conceptions des relations et des échanges : « Cet affrontement me laisse l'impression pénible d'un groupe dispersé, désuni, profondément divisé ; sera-t-il possible après ça de recoller les morceaux ? »

Cependant, cette image est d'autant plus forte qu'une résonance s'établit entre le conflit groupal et le conflit intrapsychique ; le premier représente souvent la projection du second, de même que les conflits interpersonnels ravivent en chacun une conflictualité interne ; on peut comprendre notamment dans ce sens l'opposition fréquente et récurrente entre « parlants » et « silencieux » ; cette opposition qui semble diviser le groupe traverse aussi chaque participant car elle renvoie chacun au conflit entre le désir d'expression, et les peurs et les défenses que ce désir mobilise et qui poussent certains à rester silencieux.

Un autre exemple est l'analogie qui s'instaure inconsciemment entre les processus groupaux et les processus internes et que l'on peut repérer notam-

1. Cité par Kaës, 1976, p. 206.

ment au niveau des sensations corporelles verbalisées par les participants. Ainsi, une impression de tension intérieure peut être ressentie comme une tension à l'intérieur du groupe et inversement (Bernard : « Je suis sorti de cette séance avec une forte impression de contraction dans tout le corps ; c'est comme si j'avais pris en moi toute la tension qu'il y avait dans le groupe »). Une correspondance peut aussi s'observer entre la circulation de la parole et la circulation énergétique à l'intérieur de l'individu ; lorsqu'il y a un échange fluide de propos se répondant les uns aux autres, les participants se sentent bien et trouvent la séance animée ; si au contraire les échanges sont hachés, si les interventions tombent sans susciter d'échos, si le silence s'installe, les participants éprouvent une sensation de malaise, de tension, de blocage ou de vide intérieur. De même un participant ressentant de l'agressivité peut s'imaginer qu'elle circule dans le groupe. Il y a donc une sorte d'imprécision, de flou qui s'instaure quant aux limites de l'individualité et à la localisation des sensations et des émotions ressenties : sont-elles individuelles ou groupales ? Chaque fois que Pierre prend, par exemple, la parole, il est envahi par l'émotion, s'empourpre, a une impression intense de chaleur ; il s'exclame alors : « Il fait trop chaud ici », localisant la chaleur dans la salle et non en lui.

Ainsi l'affectivité intrasubjective est projetée sur le groupe, alors que ce qui naît des relations et de la communication groupale suscite sensations et émotions intérieures. Ce double mouvement favorise le sentiment d'une fusion des individualités dans une affectivité groupale ; il entraîne une contagion et une uniformisation des réactions émotionnelles ; les frontières de l'individualité semblent se dissoudre dans une totalité symbiotique, suscitant une confusion, dans l'imaginaire, entre identité personnelle et identité groupale. C'est pourquoi ce qui affecte le groupe est vécu inconsciemment comme affectant l'individu (ainsi Sandrine, devant la proposition de former deux sous-groupes, se récrie : « *Je ne veux pas me scinder* »).

## 5.4 Unité et sentiment d'intégration

On comprend mieux maintenant le besoin d'unité groupale et le fait que tout ce qui donne aux participants l'impression d'un groupe non intégré, éparpillé, divisé peut provoquer des angoisses plus ou moins fortes de morcellement et de désintégration de l'identité personnelle.

Aurélié : « Après l'éclat entre Anne et Florence, un lourd silence s'installe ; je sens une très forte tension qui devient insupportable à mesure que le silence dure ; c'est pour y échapper, je pense, que plusieurs personnes échangent peu à peu quelques propos à voix basse avec leurs voisins ; mais j'ai alors l'impression d'un groupe éparpillé, complètement éclaté ; je me sens très mal, perdue, angoissée, sans savoir très bien pourquoi je prends tout ça aussi à cœur. »

Il semble qu'au niveau imaginaire existe une certaine équivalence entre unité – intégration – force et consistance identitaire d'un côté et division – non-intégration – vulnérabilité et fragilité identitaire de l'autre. Nombreuses sont les expressions qui manifestent une telle équation.

Ainsi à la deuxième séance d'un groupe de formation, les participants, à la demande de l'un d'eux, notent leurs prénoms sur un carton placé devant eux ; Pascale remarque à ce propos : « *Au début le groupe était serré, fermé sur lui ; à présent, il m'apparaît plus ouvert, plus large, mais également plus vulnérable parce que chacun s'est individualisé.* » Dans une autre session, Philippe note : « J'avais un désir d'unité, je le sens maintenant, parce qu'au début du groupe je me sentais isolé, fragile, dispersé. Je ne savais pas trop où j'étais, comment je pouvais exister là-dedans et quand je sentais le groupe uni, c'était comme si j'étais porté et soutenu par l'ensemble. »

Dans ce sens, le groupe apparaît comme une sorte d'écran sur lequel chacun projette le degré d'intégration et de solidité de son sentiment d'identité. Il apparaît que le besoin d'unité est d'autant plus fort que le sujet est plus incertain de son identité personnelle. La capacité à tolérer l'hétérogénéité du groupe est en relation avec la sécurité que donne un sentiment fort d'intégration, qui implique lui-même un sentiment d'unité et de continuité intérieures<sup>1</sup>.

Pour éclairer ce processus, on peut le rapprocher de la réaction aux planches du test de Rorschach ; là aussi les perceptions qu'a le sujet de la « réalité » de la planche ne sont que la projection de sa structure interne et là aussi le sujet réagit spontanément à l'unité ou à la dispersion ressentie :

Demandons-nous, écrit par exemple N. Rausch, si la notion d'unité n'est pas la première à envisager, chacune des planches ayant à des degrés différents, une unité ou un manque d'unité, c'est-à-dire une dispersion. L'unité implique peut-être la solidité, comme la dispersion implique la fragilité. L'individu n'est pas sans en percevoir inconsciemment l'importance et d'emblée il répond à une situation en recherchant l'unité et en projetant son besoin d'unité (Rausch, 1990, p. 35).

Il est remarquable de voir combien ces réflexions, à partir d'une démarche totalement différente, rejoignent les observations que je viens d'évoquer et pourraient s'appliquer directement aux réactions face à la situation de groupe.

Ajoutons que l'individu projette d'autant plus aisément son sentiment d'unité, d'intégration et de permanence identitaire sur le groupe que ce sentiment s'est élaboré dans un contexte groupal ; il s'étaye d'une certaine façon

1. Certains aspects de cette problématique ont été particulièrement analysés par D. Winnicott et notamment dans *De la pédiatrie à la psychanalyse*, p. 245-253.

sur l'introjection d'une groupalité qui est, dans les premières années de la vie, celle de la famille ; que l'on pense tout spécialement au caractère structurant pour l'identité du complexe d'Œdipe qui se construit par l'intériorisation de la triangulation familiale (père-mère-enfant). Nous rejoignons ici, d'ailleurs, la perspective que R. Kaës a développée à partir de la notion d'*appareil psychique groupal* (1976).

#### 5.4.1 *L'appareil psychique groupal*

Kaës définit cette notion comme « la construction commune des membres d'un groupe pour constituer un groupe » (1976, p. 189) ; c'est une « fiction efficace » dans la mesure où il s'agit d'une représentation inconsciente qui assure une médiation entre la réalité psychique et la réalité groupale ; elle oriente les relations entre les membres du groupe et se traduit, au niveau conscient, par des représentations idéologisées et idéalisées puisées dans les modèles socio-culturels du groupe. En effet, dans la réalité concrète, le groupe est confronté à la pluralité des individualités et aux différences de motivations, de comportements, de projets qu'elle implique ; cette situation est ressentie comme un obstacle à la réalisation narcissique de chacun ; la représentation d'un ensemble unifié, continu, doté d'une sorte d'individualité (le groupe) permet alors de masquer la multiplicité et les discontinuités réelles. La notion d'appareil psychique groupal amène donc à distinguer le groupe en tant que structure sociale concrète, organisation matérielle, relationnelle et expressive, et le groupe en tant qu'*objet imaginaire*, représentation marquée par les processus inconscients. L'hypothèse développée par R. Kaës est qu'il existe une homologie de structure entre l'appareil psychique individuel et la groupalité, homologie qui facilite l'articulation de l'individuel et du collectif ; elle s'éclaire par la seconde topique freudienne qui figure l'appareil psychique comme système de relations entre plusieurs instances, sortes de « personnages » intériorisés : le ça, le moi, l'idéal du moi, le surmoi ; il y aurait donc une groupalité du psychisme personnel, comme il y a une personnification du groupe. La groupalité se retrouve aussi dans le fantasme en tant que ce dernier « tend à affecter des places, à définir des relations, à consigner à des positions, diverses figurations d'objet » (1976, p. 199).

Il y a, de ce fait, une sorte de prédisposition de chaque individu à produire une représentation inconsciente du groupe, traduction de la groupalité psychique internalisée, en une forme externalisée. Ainsi peut-on considérer cette représentation comme une « topique projetée », selon l'expression de D. Anzieu ; cela se manifeste, comme nous l'avons déjà souligné, par la distribution dans le groupe de *rôles instanciels* (le leader peut jouer, dans cette optique, le rôle d'un « moi groupal », tel autre participant jouant le rôle de surmoi – rappelant les règles, les interdits, les normes – tel autre incarnant

le ça – la pulsion, le désir, la recherche de plaisir...). Une telle représentation favorise l'établissement d'un *lien groupal* :

Le lien groupal se consolide à travers les *relations d'identifications* : il est en raison directe de la capacité de l'appareil groupal de doter chacun de ses membres d'une identité, à la fois *partageable* avec un nombre limité d'individus et *différenciatrice* par rapport à ceux-ci et à d'autres ensembles groupaux (*ibid.*, p. 212).

Ainsi la collectivité s'organise et se structure à travers la fiction efficace d'une personnification du groupe, doté d'un corps et d'un psychisme construits analogiquement sur le modèle de l'individu ; cette transposition est favorisée par le fait que le psychisme individuel se construit par intériorisation de la groupalité sociale et tout spécialement de la groupalité familiale.

On constate donc que l'expérience groupale articule plusieurs ordres de phénomènes : individuel et collectif, conscient et inconscient, subjectif et objectif, psychologique et social ; comme le souligne R. Kaës :

L'appareil groupal peut être analysé comme une formation de compromis entre les exigences de la subjectivité individuelle, celles de la logique de l'appareil psychique groupal et celles de la réalité sociale. Autrement dit, un groupe ne se constitue, n'évolue et ne survit que si son organisation permet que soient satisfaits à la fois certains des désirs inconscients et des exigences défensives correspondantes émanant de ses membres, les exigences de maintien et de cohérence propres à l'appareil psychique groupal, et les exigences de la réalité sociale et matérielle (*ibid.*, p. 277).

#### 5.4.2 Une fiction défensive

Cette personnalisation du groupe présente, à mes yeux, une dimension défensive importante ; elle est là pour masquer ce que peut avoir d'angoissant ou de difficile à vivre la pluralité concrète du groupe et la nécessité où elle place ses membres d'avoir à négocier leurs désirs, leurs projets, leurs places avec les autres et donc très souvent d'entrer en conflit avec autrui. L'image d'un groupe unifié et unanime a, par rapport à cette situation, une fonction à la fois idéalisante et rassurante.

Elle peut donc, dans un premier temps, favoriser l'instauration d'un climat de sécurité où chacun puisse prendre ensuite le risque de s'individualiser et de laisser s'exprimer son identité singulière. Cependant, si cette fiction s'installe et se cristallise, elle devient très vite paralysante ; la recherche d'unité et d'unanimité peut empêcher toute activité et toute progression. Ainsi un groupe s'enferme peu à peu dans le paradoxe suivant : il faut que les thèmes ou les activités proposés intéressent tout le monde ; mais comme cela se révèle impossible dans la réalité, le groupe est bloqué dans l'inaction et l'ennui ; jusqu'à ce que la situation devienne tellement insupportable qu'une crise éclate et que le groupe renonce à son unanimité.

Souvent après une phase dominée par l'illusion d'une fusion possible et la recherche d'unité, les participants en viennent à reconnaître et à admettre l'hétérogénéité réelle du groupe, la pluralité des individualités, la différence des perceptions, des réactions et des attentes. Le rêve unanimiste se révèle utopique, irréalisable et paralysant. La singularité ose s'exprimer et est acceptée peu à peu comme légitime et ne devant pas nécessairement entraîner l'éclatement du groupe ; un compromis semble possible entre les motivations et les aspirations individuelles et les contraintes de la vie collective.

Pendant cette évolution implique une phase de désillusion, vécue sur un mode dépressif, car la renonciation au rêve d'un groupe idéal est d'abord ressentie comme une perte et un échec.

Brigitte : « J'ai eu tendance comme Lucie à ignorer les différences d'âge ou à ne pas en tenir compte, de même que j'ai eu tendance à nier les différences entre nous en général ; j'ai considéré les autres comme étant identiques à moi et comme n'ayant pas d'existence individualisée. C'était plus facile de vivre avec eux dans l'illusion qu'ils étaient tous identiques à moi [...] Parfois, je fais l'expérience du contraire et je m'enfonce dans la désillusion. »

Ou encore Jacques : « C'est une profonde déception ; nous ne formons pas un groupe mais un assemblage d'individus isolés ; chacun dans son coin s'efforce de tirer les choses dans son sens. Il faut bien renoncer au groupe où « tout le monde il est beau, tout le monde il est gentil ». Mais peut-être est-ce la condition pour que chacun d'entre nous soit vraiment lui-même et que nous ayons des relations plus authentiques ? »

Le mouvement qui va de l'illusion groupale à la désillusion en traversant une phase dépressive est le passage nécessaire pour que chacun puisse accéder à une identité autonome et à une communication authentique avec autrui.

## 6 SOI SOCIAL/SOI INTIME

---

Le sentiment d'identité s'inscrit dans une tension et une homologie entre l'individu et le groupe, entre les besoins internes et les influences sociales, entre la singularité et la pluralité. Il comporte d'abord la perception de soi comme individualité singulière, pareille à elle-même à travers l'écoulement du temps et la diversité des situations. Même si j'ai l'impression d'une évolution et de changements, je me vis comme toujours le même et les autres me perçoivent aussi comme une personnalité unique et permanente.

Et pourtant l'identité est aussi multiple : constamment, j'ai à m'adapter à des conditions et des interlocuteurs changeants ; dans chaque cas, je vais actualiser et percevoir en moi une identité « situationnelle » qui est appelée par l'interaction où je suis engagé. De plus, avec le temps et les événements, ma personnalité peut se modifier, si bien que je me ressens comme différent de celui que j'étais ; les autres aussi peuvent s'en rendre compte et penser que « je ne suis plus le même », qu'ils ne me « connaissaient pas sous cet aspect ». Je peux aussi me définir à partir des caractéristiques variées que les circonstances rendent plus ou moins saillantes : en tant qu'appartenant au sexe masculin ou féminin ; en tant que jeune ou adulte ; en tant qu'exerçant telle ou telle profession ; en tant qu'adhérant à telle religion, telle idéologie, telle famille politique ; en tant qu'appartenant à telle classe sociale, à telle ethnie ou à telle nation...

Bien sûr, ces différentes définitions sont des aspects de mon identité et ne sont pas incompatibles ; encore qu'elles puissent être, dans certains cas, conflictuelles et impliquer des tensions ou des contradictions. C'est la manière dont cette dynamique se manifeste notamment dans l'expérience groupale que je voudrais aborder maintenant, en mettant plus spécialement l'accent sur la tension entre le social et l'intime.

## 6.1 Structure de l'identité

Le propre du sentiment d'identité est bien d'établir une intégration, une cohérence et une continuité intérieures dans la pluralité des actualisations et des perceptions de soi, liée à la diversité des situations sociales.

Cependant la psychologie reflète elle-même cette polarité inhérente à la notion d'identité – entre l'unité et la diversité – à, travers des distinctions comme celles qu'elle a établies, par exemple, entre identité personnelle et identité sociale.

### 6.1.1 *Identité sociale/identité personnelle*

L'identité sociale, selon la définition la plus courante, est relative à l'appartenance de l'individu à des catégories bio-psychologiques (le sexe, l'âge), à des groupes socioculturels (ethniques, régionaux, nationaux, professionnels...) ou à l'assomption de rôles et de statuts sociaux (familiaux, professionnels, institutionnels...) ou encore d'affiliations idéologiques (confessionnelles, politiques, philosophiques...).

À ces groupes d'appartenance ou de référence sont associés des modèles idéaux, des représentations, des sentiments qui marquent certaines zones de la conscience de soi. H. Tajfel indique, par exemple, que « l'identité sociale d'un individu est liée à la connaissance de son appartenance à certains groupes sociaux et à la signification émotionnelle et évaluative qui résulte de cette appartenance » (in Moscovici, 1972, p. 292).

Dans chaque culture, en effet, les catégories, les groupes, les rôles sociaux, les idéologies apportent avec eux des prototypes valorisés, des figures de références, des exemples approuvés, offerts comme modèles identificatoires à l'individu (« Les hommes tiennent à se proposer des exemples et des modèles qu'ils appellent héros » écrivait A. Camus). Ces modèles intériorisés fournissent un support et un contenu à l'identité sociale qui est à la fois une identité pour soi (comme vécu subjectif) et pour autrui (comme caractéristiques permettant d'identifier un individu de l'extérieur).

Quant à la notion d'identité personnelle, rappelons qu'elle renvoie le plus souvent à la conscience de soi comme individualité singulière, douée d'une certaine constance et d'une certaine unicité. On peut citer, par exemple, la définition proposée par P. Tap :

En un sens restreint, elle concerne le sentiment d'identité (*idem*), c'est-à-dire le fait que l'individu se perçoit *le même*, comme identique à lui-même dans le temps. En un sens plus large, on peut l'assimiler au système de sentiments et de représentations de soi, par lequel celui-ci se spécifie, se singularise [*is dem*] (1988, p. 69).

Cependant, si les notions d'identité sociale et personnelle ont chacune leur consistance et ont donné lieu à de nombreuses opérationnalisations et recherches spécifiques, leur articulation reste le plus souvent implicite ou rudimentaire ; il semble qu'en général l'identité sociale soit conçue comme une zone de l'identité personnelle ou que les deux se juxtaposent et se combinent au sein de la personnalité ; ainsi P. Tap écrit (*ibid.*) :

Mon identité, c'est donc ce qui me rend semblable à moi-même et différent des autres, c'est ce par quoi je me sens exister en tant que personne et en tant que personnage social (rôles, fonctions et relations), c'est ce par quoi je me définis et me connais, me sens accepté et reconnu, ou rejeté et méconnu par autrui, par mes groupes ou ma culture d'appartenance<sup>1</sup>.

Un autre aspect de cette dichotomie vient de ce que la notion d'identité sociale a été surtout élaborée et explorée par la psychologie sociale, alors que celle d'identité personnelle l'a été par la psychologie génétique, clinique ou différentielle ; cela explique, pour une part, qu'on ait affaire à deux notions qui se juxtaposent plus qu'elles ne s'articulent.

Ce qui manque probablement pour penser cette articulation, c'est une phénoménologie de la conscience de soi qui ne va pas sans une théorie du sujet. La psychologie individuelle n'offre souvent que des modèles rudimentaires quant aux dimensions sociales de la conscience de soi. À l'inverse, beaucoup de recherches de psychologie sociale ne s'appuient que sur une conception minimale de la personnalité qui reste d'ailleurs très souvent implicite ; il leur fait défaut, notamment, la notion d'un sujet divisé et conflictuel (sur laquelle la psychanalyse a mis l'accent)<sup>2</sup>.

### 6.1.2 *La division du sujet*

C'est, en effet, la psychanalyse qui a contribué le plus à ébranler la notion d'une identité substantielle, homogène, unifiée et constante. Elle a souligné la division irréductible de tout sujet humain. Division d'abord (selon la première topique) entre le conscient et l'inconscient qui fait que, dans la perception qu'il a de lui-même, le moi refoule certains sentiments, certaines représentations, incompatibles avec son sens moral ou son narcissisme. Division aussi entre les sexes et les générations qui fonde l'ordre symbolique dans lequel chaque sujet trouve son identité en occupant une place qui lui

1. Soulignons cependant que l'orientation de P. Tap, notamment dans *La Société Pygmalion*, est bien de penser l'articulation du psychologique et du social à travers, notamment, la notion d'« interstructuration du sujet et des institutions ».

2. Cela n'exclut pas, bien entendu, que certains aient cherché à dépasser ces cloisonnements et à conceptualiser, au niveau de la personnalité, l'articulation du psychologique et du social. Sans remonter à l'anthropologie culturelle américaine, on peut citer plus près de nous, en France, et dans des orientations différentes, les travaux de G. Mendel, de M. Pagès, de P. Tap, de J. Barus-Michel, etc.

préexiste et qui découle notamment du rapport au phallus, de la triangulation œdipienne et de l'identification aux images parentales. Division enfin (selon la seconde topique) entre les différentes instances de la personnalité qui introduisent une sorte de pluralité personologique à l'intérieur même de l'individu. Chaque instance apporte à la conscience de soi sa coloration et ses représentations propres, marquées selon les cas par le principe de plaisir, le désir et les pulsions, par le principe de réalité et la perception de l'extérieur ou par l'idéal et l'interdit. Mais la conscience de soi est déterminée tout autant par les rapports entre instances et notamment les conflits entre désirs et défenses, entre aspirations et interdits, entre réalité perçue et vouloir être.

Une instance joue un rôle particulièrement important dans l'articulation du psychologique et du social, de l'individuel et du collectif : il s'agit de l'ensemble idéal du moi-surmoi. En effet, la constitution de l'idéal ne résulte pas seulement de l'idéalisation des images parentales ; elle inclut aussi des valeurs, des symboles, des images héroïques ou prestigieuses, des idéologies. Dans ce processus, la distinction entre images de soi et images objectales n'est pas tranchée, en raison des mécanismes d'introjection et d'identification ; c'est ainsi que l'intérieur et l'extérieur, le psycho-familial et le social se mêlent. C'est ce que Freud avait montré lui-même, comme on l'a vu au chapitre précédent, notamment dans *Psychologie collective et analyse du moi* où il écrit :

Chaque individu [...] a construit son idéal du moi d'après les modèles les plus divers. Chaque individu participe ainsi de plusieurs âmes collectives, de celle de sa race, de sa classe, de sa communauté confessionnelle, de son État, etc.

En tant que l'identité implique l'intériorisation de modèles, de règles et de normes dont certaines sont avant tout interdictrices, elle participe aussi en partie du *surmoi*. Là encore Freud a souligné à plusieurs reprises la dimension sociale de cette instance qui reflète les valeurs, les normes et les idéaux d'une société : « Le passé, les traditions de la race et des peuples subsistent dans les idéologies du surmoi » (1971b, p. 91). Il y a donc une large coïncidence entre le surmoi de l'individu et le surmoi collectif d'une culture (*Kulturüberich*)<sup>1</sup>.

L'idéalisation qui tend à la constitution d'un pôle identitaire « héroïque », relatif à ce que le sujet voudrait être, d'une image idéale de lui-même, s'accompagne souvent d'un mécanisme de clivage, au sens kleinien, entre une identité positive intériorisée et une identité négative expulsée sur l'autre ; ce mécanisme joue certainement dans la valorisation de l'identité sociale portée par l'*in-group* et la dévalorisation de celle de l'*out-group*. Mais il est souvent fragile et le sujet redoute de voir resurgir en lui une iden-

1. Terme employé par Freud dans *Malaise dans la civilisation*, ouvrage dans lequel il développe cette conception de la nature sociale du surmoi.

tité qui risque de lui apparaître d'autant plus négative que l'idéalisation est plus accentuée. C'est pourquoi la présence, dans la conscience, d'un autre imaginaire hostile et mauvais, servant de « repoussoir » (mécanisme qui est l'une des bases des différentes formes d'alterophobie et de racisme) est souvent la condition du maintien de la cohérence identitaire lorsque les mécanismes de clivage et d'idéalisation sont prévalents ou lorsque le risque de dévalorisation est important.

## 6.2 L'intérieur et l'extérieur

La psychanalyse a donc mis en lumière et conceptualisé la division du sujet entre le conscient et l'inconscient et entre les différentes instances de la personnalité, de même qu'elle a souligné les conflits engendrés par cette division. Cependant, l'expérience groupale permet de saisir aussi une autre coupure, qui se révèle phénoménologiquement très importante, celle que le sujet perçoit entre l'intérieur et l'extérieur de lui-même.

En effet, la conscience de soi établit une distinction nette entre les aspects extérieurs et donc publics du sujet (ceux qui tombent sous le regard d'autrui et qui ont par là même un caractère social) et les aspects intérieurs et donc privés (qui ne sont accessibles qu'au sujet lui-même).

Les premiers constituent le paraître et l'agir du sujet : son aspect physique, son apparence, sa tenue (sa physionomie, la façon dont il est coiffé, habillé, apprêté et les caractéristiques qui s'en dégagent), ses comportements corporels (sa posture, sa gestualité, ses mimiques), ses comportements verbaux (sa façon de parler, son intonation, ses prises de parole), ses conduites interactives (sa manière d'entrer en communication avec autrui, de se situer par rapport à lui, son style relationnel, etc.). Tous ces éléments constituent la « façade » extérieure dont le sujet sait qu'elle va être perçue et jugée par autrui et qui demande donc une « mise en scène » soignée et contrôlée, pour employer une notion développée par E. Goffman (1973).

Le sujet a une certaine conscience, une certaine représentation de la façade qu'il présente, mais cette représentation est largement médiatisée par le regard d'autrui qui en est le destinataire ; on peut dire qu'elle constitue son identité sociale, dans le sens où elle spécifie la manière dont il se présente et se perçoit dans les relations sociales et dont il souhaite ou pense être perçu par les autres<sup>1</sup>.

Les aspects intérieurs et privés ne sont pas, quant à eux, accessibles à autrui ; le sujet est le seul à les connaître, même s'il peut en laisser filtrer quelque chose à l'extérieur à travers ses manifestations émotionnelles, ses

1. Dans ce sens, la notion d'identité sociale n'a plus ici tout à fait la même signification que celle qui lui est donnée habituellement et que nous venons de rappeler au paragraphe précédent.

attitudes, son comportement, son discours... Ce *soi intime* est fait de sensations, d'affects, de représentations et plus largement de tout le vécu somato-psychique du sujet (son vécu corporel, ses émotions, ses sentiments, ses désirs, ses pensées, ses souvenirs, son discours intérieur...). Dans la mesure où cette conscience intérieure a pour objet le sujet lui-même, elle constitue son identité intime, celle qu'il ressent face à lui-même et qu'il aura tendance à préserver et même à cacher au regard des autres.

### 6.2.1 *L'identité sociale*

Si l'on retient cette notion d'une identité « extérieure », identité pour autrui qui s'actualise sur les relations sociales et d'une identité « intérieure », identité intime pour soi, largement soustraite à la communication avec autrui, le concept d'identité sociale peut trouver une nouvelle définition. Il ne se limite plus à l'appartenance ou la référence à des groupes sociaux, dont le sujet tire une certaine perception et certains sentiments de lui-même. Notons d'ailleurs que le terme de groupe est ici imprécis : il renvoie, comme on l'a montré, aussi bien à des catégories bio-psychologiques (comme le sexe et l'âge), à des milieux socioprofessionnels (classes sociales, catégories professionnelles...), à des communautés historiques et culturelles (groupes ethniques, cultures régionales, nations...) qu'à des affiliations institutionnelles et idéologiques (organisations, Églises, partis, écoles de pensée...). Si tous ces « groupes » influencent l'identité des individus qui y participent, c'est parce qu'ils proposent des systèmes de valeurs, des modèles de conduite, des représentations types du « bon membre » ainsi qu'un registre de rôles prescrits ; c'est à travers ces images identificatoires, ces représentations normatives et ces schèmes d'interaction que le milieu environnant modèle l'identité sociale des individus.

Apportons-en un exemple tiré de l'expérience groupale :

Agnès vient d'annoncer qu'elle va se fiancer : « *Ben, si tu veux j'ai côtoyé beaucoup d'amies qui actuellement ont un bébé, sont mariées, sont fiancées et puis moi, je me retrouve comme une imbécile, je suis depuis quatre ans avec mon ami et puis toujours rien, quoi [...] Je me retrouve un peu sur la touche... Me fiancer, ça me donne un statut. Mes parents depuis quatre ans n'arrêtent pas de m'embêter là-dessus ; donc ça va régler pas mal de choses [...] C'est une façon de sortir de l'adolescence, de passer à l'âge adulte.*

Louis. – *Donc, c'est pour avoir un statut, une identité...*

Agnès. – *Oui, tout à fait et aussi pour mon copain ; je serai plus obligée de dire mon copain, mon ami, je pourrai dire mon fiancé.*

[...]

Agnès. – *Je vais m'appeler « Mme X », ce sera chouette ; j'ai pas encore trouvé la signature ; mais je crois que je vais garder mon nom de jeune fille ; je ne sais pas si c'est par respect pour mes parents, mais à travers mon nom, j'ai une identité, je suis attachée à mon groupe familial et j'ai pas envie de perdre cette identité pour en acquérir une autre.*

Catherine. – *Moi, je peux te dire qu'on la perd pas, même si on change de nom, son identité...*

Agnès. – *Mais ouais, mais c'est vis-à-vis des autres, pas vis-à-vis de moi ; c'est quand même quelque chose de changer de nom du jour au lendemain. J'aurais l'impression que les gens n'arriveraient pas à percevoir une partie de moi qui représente quand même une vingtaine d'années de ma vie. »*

Dans cet échange, Agnès témoigne de l'impact de la comparaison et des modèles sociaux dans la perception de soi ; mais aussi de son ambivalence quant au changement d'identité qu'implique, pour une part, le changement de nom.

L'identité sociale désigne donc la représentation de soi que le sujet cherche à construire et à donner dans les interactions où il est impliqué, représentation qui demande à être reconnue et confirmée par autrui et qui s'élabore toujours en relation avec les modèles culturels et sociaux. Par là même, l'identité sociale présente de multiples facettes correspondant aux divers rôles sociaux et situations interactives dans lesquels le sujet est engagé, et aux styles spécifiques avec lesquels il les assume ; car, ainsi qu'on l'a noté, le rôle constitue à la fois un modèle extérieur, socialement prescrit, et une expression singulière exprimant la personnalité de l'acteur. La notion de personnage correspond bien à cette dimension de la personnalité qui s'actualise dans les rapports sociaux ; elle présente plusieurs aspects : on peut distinguer avec J. Maisonneuve (1977, p. 77) le personnage comme rôle stéréotypé (le devoir être de coloration surmoïque), comme masque (le paraître), comme refuge (en liaison avec les mécanismes de défense) et comme idéal personnel (le vouloir être en relation avec l'idéal du moi). Selon la personnalité du sujet, ces aspects seront plus ou moins présents et accentués dans le personnage qu'il actualise face aux autres. Mais il y a toujours un écart entre la conception de soi (mon personnage tel que je me le représente) et sa mise en acte (le personnage agissant tel qu'il est perçu par soi et par les autres).

### 6.2.2 L'identité intime

L'identité sociale tend donc à s'adapter et à se montrer conforme aux normes, aux valeurs et aux modèles sociaux (à part si le sujet cultive une identité d'« original », d'« excentrique », de « marginal ») ; elle est façonnée

par les représentations et les codes culturels, projetés dans les attentes et les jugements d'autrui. Par comparaison, l'identité intime est beaucoup plus marquée par le corps et ses pulsions, par les émotions et les affects, par l'imaginaire. Le fait qu'elle soit inaccessible à autrui permet son étayage plus direct sur les sentiments narcissiques, les rêves de toute-puissance, le désir, la recherche d'amour et de séduction. Mais elle est plus vulnérable aussi aux blessures narcissiques, aux sentiments d'échec et de dévalorisation, aux complexes d'infériorité ; la structure maniaco-dépressive montre l'extrême de cette oscillation de l'identité intime entre la mégalomanie de la fusion du moi avec le *moi-idéal* et l'autodépréciation destructrice du moi écrasé par le surmoi.

On peut mettre en relation les notions d'identité sociale et d'identité intime avec ce que H. Rodriguez-Tomé (1972) a désigné comme « image sociale de soi » et « image propre ». Il définit l'image sociale de soi comme conscience de soi pour autrui, dans le sens où l'autre est sa source et son destinataire ; cependant lorsqu'il écrit : « Nous appelons image sociale de soi celle qui se constitue justement à partir des indices sur soi-même que l'individu reconnaît comme venant d'autrui ou qu'il attribue à autrui » (p. 29), il semble donner à cette notion un contenu assez limité ; en effet, si l'image sociale est bien conscience de soi pour autrui, on ne saurait la restreindre, à mon avis, à l'image que l'on pense que les autres se font de soi ; elle correspond plutôt à l'identité que le sujet se ressent et actualise dans ses relations aux autres. D'ailleurs H. Rodriguez Tomé souligne lui-même que « communiquer avec autrui implique une définition, à la fois relative et réciproque, de l'identité des partenaires : il faut être et se savoir quelqu'un pour l'autre tout comme l'on se fait une représentation de ce que l'autre est en soi et pour nous » (*ibid.*). Quant à l'image propre, elle se présente, propose-t-il, « sous la forme d'un agencement de traits de personnalité que le sujet admet comme lui appartenant ; c'est un ensemble de caractéristiques telles que dispositions, habitudes, tendances, attitudes ou capacités, à quoi s'ajoute ce qui relève de l'image du corps propre » (p. 28). Là aussi, cette définition peut sembler trop restrictive ; il n'est pas sûr, en outre, que le sujet se perçoive comme « un agencement de traits » ; il y a certainement à ce niveau une confusion entre l'objet étudié et la méthode pour le saisir (à savoir un échantillon d'items à partir duquel le sujet est appelé à s'auto-évaluer)<sup>1</sup>.

Ne faut-il pas à ce niveau distinguer aussi entre la conscience de soi « réfléchie » qui est celle que l'on sollicite lorsqu'on demande à un sujet de

1. Dans ce sens, le test du « Qui suis-je ? » de Kuhn et de McPartland, développé par M. Zavalloni (1984), est moins inducteur ; cependant, comme il constitue une réponse communiquée à autrui, il exprime davantage, à mon avis, l'identité sociale que l'identité intime, ce que les résultats du test semblent d'ailleurs confirmer.

répondre à un questionnaire, à un test ou de s'autodéfinir, de l'image propre spontanée. Rodriguez-Tomé signale justement cet aspect :

Comme toute conscience de soi, elle est un regard qui se regarde ; mais se regarder n'implique pas réfléchir sur soi-même, d'où il s'ensuit que toute conscience de soi n'est pas conscience réfléchie (p. 29).

Cette remarque est importante à prendre en compte pour ne pas attribuer à l'image propre les caractéristiques de l'image réfléchie telle qu'on peut la saisir en réponse à un test ou un questionnaire (d'autant que dans ces cas l'outil d'appréhension contribue fortement à imposer sa propre structuration explicite ou implicite à l'objet qu'il prétend décrire). L'identité doit être distinguée de son expression rationalisée ; il ne faut pas oublier qu'elle est largement préconsciente, voire inconsciente dans certaines de ses dimensions.

### 6.2.3 *La coupure entre l'intérieur et l'extérieur*

Le rapport entre l'identité sociale et l'identité intime est un rapport étroit et non arbitraire. On serait tenté d'utiliser la métaphore du « reflet » en disant que la première reflète la seconde. Mais cette formule risque d'être doublement trompeuse. D'abord parce qu'elle suggère une sorte de détermination univoque allant de l'intérieur vers l'extérieur, alors qu'il s'agit plutôt de relations réciproques, jouant dans les deux sens. Et aussi parce qu'elle peut induire l'idée d'une espèce d'homologie directe entre l'externe et l'interne.

Cependant, s'il y a bien une relation entre les deux (dans le sens où, entre les caractéristiques de l'identité sociale d'un individu et celles de son identité intime opère tout un ensemble de correspondances), cette relation est complexe et fait intervenir notamment les notions de limite, de coupure et de mécanismes de défense.

La coupure entre l'intérieur et l'extérieur, l'intime et le social, est constitutive de l'identité. C'est elle qui permet au sujet de se percevoir comme une individualité ayant des limites précises et séparée des autres. Toute atteinte à ce qui constitue une sorte de barrière de protection, dont l'enveloppe corporelle apparaît comme la symbolisation<sup>1</sup>, est vécue comme une menace pour l'identité du sujet. Le moi social est à la fois une expression et une défense du moi intime.

Ainsi Colette vient de raconter un épisode très personnel de sa vie, qui donne d'elle une image assez différente de celle qu'elle avait montrée auparavant :

Denise. – *Tout ce que tu nous dis là, si on était en tête à tête je l'écouterais très volontiers ; là, la présence du groupe, ça me dérange.*

1. Cf. la notion de *moi-peau* développée par D. Anzieu (1985).

Colette. – *Moi, si tu veux, à partir du moment où je le dis en groupe, c'est que déjà ça ne me gêne pas, je sais à quoi je m'engage et je sais que ça peut gêner certains d'entendre une histoire très personnelle [...] Mais, ça m'intéresse justement de sentir le regard et la réaction des autres face à quelque chose de très intime [...] Mon côté à raconter des histoires marquant, à me montrer comme quelqu'un d'insouciant, à mon avis, n'est qu'une façade qui n'a rien à voir avec ma réalité qui est complètement speedée, à me morfondre, à me remuer les sangs dans tous les sens. En fait, je voulais vous donner une image que je crois plus réelle, pour que vous réussissiez à faire un pot-pourri de tout ce que je suis... C'est pas encore tout ce que je suis parce qu'il y a plein d'autres trucs mais, disons, une bonne partie de ce que je suis ; ce qui me fait parler comme ça aujourd'hui, pour qu'on comprenne ; je ne veux pas que ce soit un individu qui me comprenne mais que ce soit le groupe ; tu vois ce que je veux dire ?*

Denise. – *Oui, je vois très bien [...] Ce que tu dis maintenant c'est plus grave et avant, l'image que j'avais de toi – mais je pense que c'est aussi toi – de quelqu'un, je sais pas, un peu naïf, enfin ça me fait drôle [...] Je me dis que dans tout ça – l'image sociale que tu donnes et puis ce que tu dis après – j'ai du mal à te percevoir... Quelle est la part de provocation, de vérité, enfin je sais pas...*

Colette. – *Non, c'est pas de la provocation [...] Donner une image de moi candide, naïve, petite fille gentille [...] C'est une façon de cacher l'aspect plus dramatique de ma personnalité...*

Cet échange montre clairement le rôle défensif du soi social et sa fonction de masque (ou de « formation réactionnelle »).

Cependant, la coupure et la barrière entre les deux peuvent être plus ou moins accusées, plus ou moins rigides et plus ou moins perméables. Dans les cas extrêmes, l'identité sociale constitue un « faux self », servant à masquer et à protéger le « vrai self », pour utiliser des notions élaborées par D. Winnicott. On peut aussi invoquer la notion rogérianne de « congruence » pour évaluer le degré de correspondance entre le moi intime, la conscience qu'en a le sujet et la façon dont il l'exprime socialement dans ses relations à autrui (Rogers, 1968). Les réflexions que l'on peut tirer de la psychopathologie permettent d'avancer l'hypothèse que plus les limites du moi sont mal établies, plus l'identité est fragile et plus fortes seront la coupure et la barrière entre le soi social et le soi intime<sup>1</sup>.

L'identité sociale est marquée aussi par les mécanismes de défense qui interviennent dans l'expression de soi. Elle peut relever, par exemple, de la

1. Ainsi, dans la schizophrénie, les limites entre l'intérieur et l'extérieur deviennent floues, ce qui fait que le sujet peut percevoir comme venant du dehors ce qui lui appartient (hallucinations) et l'inverse.

formation réactionnelle, au sens psychanalytique, en constituant une sorte d'inversion défensive des tendances du moi intime : ainsi une politesse appuyée peut être une barrière contre les mouvements agressifs que le sujet contient à l'intérieur ; une certaine théâtralisation du soi social, dans le sens notamment de la séduction, peut tendre à masquer les sentiments intérieurs authentiques du sujet (notamment un doute sur son identité sexuelle). Il existe donc toute une série de mécanismes de nature essentiellement défensive qui permettent de mettre en relation les caractéristiques de l'identité sociale et celles de l'identité intime d'un sujet. Cependant, la première n'est pas seulement un masque protecteur ; elle est en même temps un prolongement de la seconde et une expression de celle-ci dans les relations à autrui.

### 6.3 Le dit et le non-dit

L'expérience groupale instaure une situation de communication paradoxale. C'est une situation sociale et publique puisqu'elle met en relation plusieurs personnes qui souvent ne se connaissent pas, dans un cadre institué et préétabli ; et en même temps la consigne énoncée par l'animateur (s'exprimer sur la façon dont chacun vit la situation et ses relations aux autres participants) sollicite plutôt une parole personnelle transmettant les pensées, les sentiments, les émotions de chacun. Comment manifester son soi intime dans une situation sociale ? Comment livrer ses impressions et ses réactions à un groupe de dix à vingt personnes ? Ces difficultés, l'étrangeté même du cadre amènent les participants à être particulièrement sensibles aux différents registres de parole et aux différentes expressions de soi et à ressentir fortement l'opposition entre l'intérieur et l'extérieur, le social et l'intime et le degré de perméabilité et de congruence entre le ressenti et l'exprimé, l'intra- et l'interpersonnel, le personnage et la personne.

Portés par la dynamique propre à ce type de situation, certains peuvent être amenés à révéler à des « étrangers-proches » des aspects d'eux-mêmes qu'ils n'ont jamais confiés à personne et qui constituent leur soi le plus intime. Car, dans un climat favorable, on constate qu'il y a une force qui pousse à l'expression de soi.

Solange : « *Je suis comme ça ; tant que je ne dis pas quelque chose qui me tient à cœur, je ne suis pas à l'aise ; j'ai besoin de me montrer comme je suis et en même temps j'ai souvent peur de le faire, peur d'être critiquée, rejetée, de ne pas être comprise* ».

On a vu cependant que ce qui domine, dans les premiers temps de l'expérience, c'est la peur de l'autre et la défense de l'identité intime. Chacun essaie de se cacher derrière un masque ou de se sécuriser dans la prise d'un rôle qui lui sert de repère et d'identité sociale.

François : « Il me semble, en fait, que c'est parce que ces rôles ont déjà été testés et qu'ils ont été reconnus et acceptés comme tels qu'ils deviennent sécurisants car l'individu sait alors, lorsqu'il doit agir, comment se comporter (dans quel sens, sur quel ton) ; le rôle fixe des repères pour tous. »

On constate, par exemple, que les participants qui ressentent de l'anxiété dans la situation de groupe sont beaucoup plus à l'aise quand ils sont dans le rôle d'observateurs désignés.

Yves : « La position d'observateur m'a permis de vivre la séance de manière plus détendue. Ne sachant pas très bien habituellement quel rôle tenir dans le groupe, je me sens souvent mal à l'aise. Là, au contraire, j'avais aux yeux de tous une place définie et utile ; je ne me demandais plus quelle contenance prendre et si je devais intervenir ou non. »

Mais assez vite les participants éprouvent qu'il n'est pas pertinent dans ce cadre (non caractérisé socialement) de jouer un jeu social ; et en même temps, ils ont beaucoup de réticence à tenir un langage qui serait adéquat, mais qu'ils jugent trop personnel.

Geneviève. – *Moi, je pense que je n'ai pas trouvé la manière d'intervenir ; on ne peut pas avoir ici des discussions de salon ; et puis parler de choses personnelles, c'est pas simple.*

Françoise. – *Même par rapport au fait de donner des éléments personnels de sa vie et tout, on ne sait pas comment intervenir, car il est pas question ici... Ça montre bien qu'on a du mal à trouver quelle forme de parole avoir dans le groupe, car il est pas possible de se mettre à raconter sa vie, c'est pas du tout...*

Olivier. – *Je pense que ce n'est même pas le problème, on nous demande de parler de ce qui se passe ici, pas de raconter sa vie...*

Françoise. – *Oui, c'est peut-être pas le problème, mais c'est comme ça que je le ressens, qu'il faudrait dévoiler un peu... enfin, quelque chose d'intime.*

[...]

Françoise. – *J'ai essayé de réfléchir et par rapport à ce qui se passe ici, ça m'apporte quelque chose ; face à des personnes nouvelles, je me rends compte que je présente une façade, je ne suis pas véritablement moi-même.*

Cette dernière réflexion, qui recoupe plusieurs autres, tend à montrer que le sujet ressent son identité sociale comme moins vraie, moins significative de la conscience qu'il a de lui-même, que son identité intime.

Le problème qui se pose aux participants – même s'il ne s'exprime pas sous une forme aussi rationalisée – est de savoir quelle facette de leur iden-

tité ils vont manifester dans une situation qui leur semble floue et qui n'en appelle expressément aucune : quelle dimension de leur identité sociale et quelle part de leur identité intime ?

Roland : « *La question que je me pose c'est, ici, quelle partie de moi je vais laisser apparaître ? Tout le monde montre des aspects de soi... Il y a le personnage social qu'on est face aux gens ; je sais pas, ici par exemple on est des étudiants face à l'enseignant ou bien des étudiants avec d'autres étudiants. Et puis il y a aussi l'aspect personnel ; c'est vrai qu'ici je m'exprime pas comme avec mes potes ; ça me gêne, je me sens obligé de prendre un certain ton, je voudrais pouvoir parler comme à l'extérieur.* »

Il s'agit donc pour le sujet de savoir si l'identité intime peut (est capable et a le droit) de s'exprimer dans le contexte d'une communication sociale, si elle sera reconnue ou rejetée, comprise ou critiquée. Quelle part de l'intérieur peut s'exprimer à l'extérieur ?

### 6.3.1 L'espace transitionnel de la parole

La parole occupe une place toute particulière dans cette problématique. Elle a cette capacité de mettre en relation l'intérieur et l'extérieur, l'intime et le social. En tant qu'elle est adressée à l'autre (à part lorsqu'on se parle à soi-même, ou que l'on parle tout seul à haute voix, ce qui est perçu habituellement comme une sorte de transgression de la barrière entre l'interne et l'externe), elle est de nature sociale ; d'ailleurs, elle utilise un code socioculturel – la langue – qui préexiste au sujet parlant et qu'il partage avec les autres locuteurs. Mais, en même temps, elle est portée par la voix, qui vient de l'intérieur (« parler avec ses tripes » dit-on parfois) et elle a la capacité de transmettre les émotions, les sentiments, les pensées les plus intimes. On retrouve donc en elle l'oscillation et l'intrication entre l'interne et l'externe, l'intime et le social.

Fanny : « *Au cours du deuxième jour, on commence un peu à se "déshabiller" : on parle de la difficulté à parler de soi. Derrière notre identité sociale, il est possible de parler et donc de se montrer car on se sent protégé dans les mots par une carapace. Or dès qu'il s'agit de parler de soi, la parole en devient plus fragilisée.* »

Et de même qu'on peut distinguer une identité sociale et une identité intime à la fois séparées et reliées, on peut différencier une parole sociale, en relation avec les rôles et les rituels d'interaction et une parole intime exprimant, dans la spontanéité, l'authenticité d'un vécu personnel.

Michel : « *Je suis de plus en plus sensible au style et à la qualité de la parole. Il y a des paroles qui servent à masquer plus qu'à exprimer celui qui parle. Bruno, par exemple : ce qu'il disait n'exprimait rien de lui, de*

ses sentiments ; c'était comme un bavardage qui montrait qu'il nous parlait mais qui ne transmettait rien, qui m'ennuyait ; le ton même était superficiel, conventionnel. Au contraire quand Véronique a pris la parole, tout de suite j'ai été attentif ; c'était peut-être l'émotion qui faisait vibrer sa voix et qui se marquait sur son visage ; ce qu'elle a dit d'elle était comme une mise à nu ; elle se montrait telle qu'elle était, sans voile, sans défense. Et l'émotion qui se dégageait de ce qu'elle disait m'a envahi d'un coup, m'a fait trembler et j'ai senti les larmes qui me venaient aux yeux... »

Mais sa parole, comme son image, échappe pour une part au sujet ; ou plutôt il la perçoit de l'intérieur ; c'est ce qu'explique le sentiment d'étrangeté que l'on a souvent à entendre sa parole enregistrée, car tout à coup on la reçoit comme une parole extérieure, objectivée ; on ne la reconnaît pas, bien qu'on sache qu'elle est sienne ; ou encore le sentiment que notre parole nous « trahit », qu'elle n'exprime pas ce que nous aurions souhaité faire passer ; ou, au contraire, qu'elle dévoile des aspects que l'on aurait préféré cacher (la timidité, l'émotivité, la peur, l'irritation...).

La barrière entre l'intérieur et l'extérieur, l'intime et le social se projette et se retrouve dans la coupure entre le dit et le non-dit. Cette coupure s'inscrit dans le sentiment qu'éprouve le sujet que, de son vécu intérieur, certains éléments sont dicibles, qu'ils peuvent être transmis aux autres sans trop de retenue, de gêne ou de malaise ; et que d'autres éléments, pour de multiples raisons ayant trait à l'interdit, doivent rester non dits. Un tri et une coupure opèrent donc dans le flux qui irait librement de l'intérieur vers l'extérieur. Le domaine de l'interdit est plus ou moins étendu et plus ou moins prégnant selon chaque personne ; il recouvre généralement et d'abord tout ce qui est de nature pulsionnelle (le sexe, l'agressivité...), tout ce qui a trait à l'intérieur du corps (le fonctionnement des organes, les sécrétions, les excréments) ou qui évoque cet intérieur (les borborygmes, les odeurs, la transpiration...) ; tout ce qui par métaphore peut apparaître grossier, abject ou honteux (les gros mots, les injures, la saleté), ce qui provoque le dégoût et qui a trait pour une large part à l'analité mais aussi à ce qui révèle la nature organique du corps (cf. Picard, 1983, chap. 1 et 2). Aussi, ce qui peut être ressenti comme défauts (faiblesses, imperfections physiques et morales, infirmités, lacunes, insuffisances...). Plus largement, l'interdit frappe ce qui appartient à l'intime : les pensées, les sentiments, les émotions, les pleurs... Il touche aussi au contact avec autrui soit au sens propre, soit au sens métaphorique : autrui ne doit être approché qu'avec « tact » ; il ne faut porter sur lui ni la main, ni des jugements sans une autorisation implicite ou explicite de sa part.

Claude : « Il est difficile de juger les autres ouvertement, même lorsque c'est de façon positive. Nous avons du mal à faire des compliments aux autres ; peut-être est-ce à cause des sous-entendus que nous croyons per-

cevoir. Ainsi, si une personne fait des compliments à une autre personne de sexe opposé, ou d'ailleurs de même sexe, nous semblons tout de suite y attacher une connotation intime (affective – je ne trouve pas exactement le mot – séductrice peut-être) dont nous avons honte dans son affichage public. »

L'interdit vise donc ce qui pourrait constituer une intrusion dans l'intimité de l'autre : le contact corporel, les jugements sur lui, les sujets trop personnels ou trop impliquants, le domaine de la vie privée – ce que Goffman désigne comme les « réserves du moi » (1973, t. II, chap. 2). On voit que l'interdit, qui entraîne le non-dit, coïncide très étroitement avec l'intime (celui du locuteur comme celui de l'interlocuteur) alors que le dit correspond à la sphère du social. Cependant le sujet n'en a pas nécessairement une conscience précise ; l'interdit étant profondément intériorisé, il appartient généralement au préconscient.

*Agnès. – Élisabeth dit qu'elle préfère rester à un certain niveau, donner une image sociale d'elle, ne pas livrer des aspects trop personnels... Je ressens un peu quelque chose de similaire, dans le fond, sur l'idée de ne pas vouloir se montrer entièrement ; mais d'un autre côté, ce que je veux cacher, je ne le sais pas vraiment.*

*Élisabeth. – Si tu ne dis pas du tout ce que tu penses, tout ce que tu ressens, c'est bien que tu masques un certain nombre de choses.*

Mais, bien entendu, la frontière entre dit et non-dit n'est pas rigide et infranchissable : ce qui est tu peut s'exprimer dans un autre contexte ou dans un climat de confiance ; la limite entre les deux sphères peut se déplacer suivant la distance ou la proximité que l'on instaure avec l'autre et le degré de liberté qu'on s'accorde dans les relations à son égard.

*Claire : « Je sens qu'il y a beaucoup de retenue dans la façon de nous exprimer. Cette retenue est intérieure d'abord : il y a des choses que l'on hésite à communiquer, que l'on préfère garder pour soi. Mais il y a aussi les autres : selon ce que l'on ressent du groupe on se dit que tel propos sera bien reçu ou non ; il faut avoir confiance dans les autres, dans leur écoute pour pouvoir exprimer des choses personnelles ; il faut aussi pouvoir s'attendre à une certaine réciprocité. »*

L'expression de l'intime doit donc respecter un certain tact, une certaine pudeur ; sinon elle peut être ressentie comme exhibition, comme indécence, comme non-respect d'autrui ; car le dévoilement de ce qui est intérieur ne met pas seulement en cause celui qui s'y livre ; elle implique aussi fortement les spectateurs qui peuvent se sentir en position de « voyeurs ». Il faut, d'une certaine façon, traduire le langage de l'intime dans un langage socialement partageable.

Odile : « Même si l'émotion perce dans la parole de Gabrielle, à travers la douceur de son ton de voix et la tendresse qui émane de son discours, c'est une émotion « sociable », « montrable », une dose d'émotion supportable pour celui qui parle, comme pour ceux qui écoutent. Mais après elle, personne ne reprend la parole [...] Le silence qui suit est habité de l'intimité de chacun, dans laquelle on n'a pas tellement envie que les autres pénétre. »

Cependant, l'intime exerce en même temps une certaine fascination : fascination de ceux à qui il est dévoilé et qui ont le sentiment de découvrir quelque chose de secret et de précieux ; mais émotion intense aussi de celui qui s'expose avec le sentiment de se montrer tel qu'il est.

Patrick : « Se confier (voire se confesser) constitue, à mon avis, un acte grisant que l'on est souvent tenté de rechercher comme l'on recherche toujours à éprouver de nouvelles sensations, de nouveaux sentiments. »

L'identité se présente donc sous un double visage : une face extérieure qui tend à s'ajuster au regard d'autrui ; et un visage intérieur et secret qui cherche à échapper à ce regard et aspire cependant à s'en faire reconnaître et accepter. Le sentiment d'identité personnelle se constitue en partie de cette coupure entre l'intime et le social. Et, en même temps, la conscience de soi et son extériorisation dépendent étroitement d'autrui, de la relation et de la communication qui le lient au sujet et de la situation dans laquelle ils se trouvent tous deux engagés.

### 6.3.2 *Une structure polymorphe*

Ainsi l'identité nous apparaît prise dans une dialectique de la multiplicité et de l'unité (toujours visée et toujours hors d'atteinte), lieu de tension entre l'individuel et le collectif, l'interne et l'externe, l'idéal et la réalité, le passé et le futur.

Elle peut s'appréhender comme une structure complexe qui se déploie à plusieurs niveaux. Si l'on s'efforce de déconstruire l'identité selon ses différentes composantes et modes d'actualisation, on peut distinguer les éléments identitaires qui résultent de l'inscription de chacun dans un système de places déterminées par les codes symboliques qui fondent la culture ; ceux qui découlent d'un choix idéologique (politique, ethnique, religieux.) et ceux qui sont liés aux rôles et aux pratiques sociales.

Un premier niveau renvoie à la position de chaque individu dans des rapports d'échange et de relations qui lui préexistent, dans des systèmes de places que l'on peut référer à plusieurs registres.

Il y a d'abord le registre de l'inconscient qui procède de l'inscription du sujet dans une structure familiale et un ordre sexuel dont la triangulation oedipienne constitue une des matrices fondamentales. Il y a aussi le registre

du social qui situe l'individu dans un système de stratification et de rapports sociaux et dans un ensemble de modèles de la norme et de la déviance. Il y a enfin le registre de la culture, en tant qu'ensemble de systèmes symboliques qui organisent la communication et l'échange au premier rang desquels on rencontre le langage qui, tout en inscrivant la culture dans l'homme, la projette devant lui sous forme de représentations et de valeurs où se constitue sa vision de lui-même et du monde. Il faudrait certainement ajouter aussi le registre de la nature qui renvoie à la fois à la place de la nature dans l'homme et de l'homme dans la nature. Notamment le fait que l'homme est un organisme qui naît, croît et meurt et qu'à chaque âge de cet organisme correspond une certaine identité (qui s'inscrit bien entendu aussi dans le registre du social qui fait, par exemple, que l'identité de l'enfant ou du vieillard ne sera pas la même selon les cultures). Tous ces registres opèrent d'une façon largement inconsciente ; ils déterminent plusieurs modes d'identification que l'on peut désigner à titre de repérage comme l'identité sexuelle et corporelle, l'identité sociale, l'identité ethnique, identités qui sont à la fois distinctes et interagissent les unes sur les autres.

Un second niveau est celui des statuts et rôles sociaux. Aux différents rôles que chacun assume selon sa participation aux pratiques sociales correspondent des modèles d'identité auxquels l'individu adhère plus ou moins, de l'identification totale au rôle (le garçon de café de Sartre qui joue à être garçon de café) à la distanciation détachée ou ironique. Ces modèles d'identité résultent à la fois d'une prescription de normes ou de valeurs attachées à la définition sociale du rôle et de la représentation subjective que s'en fait celui qui l'assume. Par rapport aux identités précédentes qui procèdent d'une inculcation primaire largement inconsciente où se produit et se construit la personne, les identités de rôle découlent d'un apprentissage secondaire (conscient ou préconscient) qui tend à façonner le personnage social.

Un troisième niveau est celui des affiliations idéologiques. Les identités idéologiques (le « catholique », l'« homme de gauche », le « cynique »...) résultent d'un choix conscient de l'individu (même si ce choix est surdéterminé par des facteurs qui échappent à la conscience). À travers ce choix, l'individu manifeste son lien à des systèmes de valeurs, des croyances, des doctrines et des modèles idéaux. En tant que représentations idéologiques, ces identités sont prises dans le mouvement de « reconnaissance » et de « méconnaissance » caractéristique de l'idéologie (selon L. Althusser). Reconnaissance, car à travers elle l'individu affiche une image de lui-même socialement située et confirmée, en même temps qu'il la fait reconnaître par autrui ; méconnaissance, car cette image a souvent une fonction de masquage (qui permet au sujet d'ignorer le système de places dans lequel il est situé et les conditions psychosociales qui déterminent son choix) tout en servant de renfort à l'identité.

Alors que les identités de premier niveau résultent de l'ancrage de l'individu dans des systèmes symboliques identificatoires (même si leur réfraction

dans la conscience peut prendre une coloration imaginaire), les identités idéologiques appartiennent au registre de l'imaginaire social travaillé par les processus d'idéalisation (qui scellent l'intériorisation défensive des représentations de la complétude perdue : Dieu, le Prolétaire, le Savant, le Prophète...).

Soulignons que cette structuration polymorphe ne constitue qu'une figuration topique de l'identité et qu'il convient de la replacer dans une perspective dynamique où tout un jeu d'articulations, de transformations et d'interactions (harmonieuses ou conflictuelles) relie les trois niveaux et trouve sa correspondance dans les interactions sociales entre le sujet et autrui.

## 7 LE MIROIR DE L'AUTRE

---

La première forme d'identification d'autrui est celle qui naît de l'impression immédiate que j'ai de lui en le voyant. De cette impression, je retire une certaine image ; elle est produite par des traits saillants que j'ai perçus chez lui et auxquels j'attache plus ou moins consciemment des significations ; ces significations sont à la fois descriptives ou catégorisantes (c'est un enfant ou un adulte, un homme ou une femme, petit ou grand...) et évaluatives (je le trouve beau ou laid, sympathique ou antipathique, original ou quelconque...). Autrui a une identité pour moi quand je suis capable de le reconnaître, de le distinguer clairement d'autres personnes ; il est alors cet individu que j'ai déjà rencontré et dont j'ai conservé une image et que je peux éventuellement nommer.

Autrui se fait, lui aussi, une certaine image de moi. Cette image, je n'y ai pas accès directement ; autrui peut me la faire sentir indirectement à travers le comportement qu'il adopte à mon égard (ouvert ou réservé, amical ou distant, familier ou déférent...) et qui est motivé par cette image ; il peut aussi, plus rarement, me la communiquer verbalement, à condition qu'il se sente suffisamment en confiance avec moi. Cette image va se trouver confrontée à celle que j'ai de moi-même dans la coïncidence ou le décalage.

Quelle relation y a-t-il alors entre l'image que j'ai de moi et celle que s'en fait autrui ? Quelle est la part qui me concerne et celle qui lui revient dans la perception qu'il a de moi et que moi j'ai de lui ? Y a-t-il un rapport entre l'image que j'ai de moi et celle que j'ai d'autrui ? L'expérience groupale, en favorisant la métacommunication et donc la verbalisation des images mutuelles qu'ont les participants les uns des autres, permet d'aborder ces questions et d'y apporter des éléments de réponse.

## 7.1 Le jeu des images

L'expérience groupale montre que la plupart des participants oscillent entre le désir de savoir comment les autres les voient, quelles images ils se font d'eux et la peur d'être figés dans cette image, de se voir réduits à une apparence ou identifiés à une catégorie.

La curiosité et le besoin de connaître la façon dont chacun est perçu par les autres n'affleurent que progressivement au cours de cette expérience. Mais il semble bien que, dans l'évolution des groupes, il existe un stade (qui correspond paradoxalement au dégagement d'une trop forte prégnance de l'imaginaire) où ces attitudes apparaissent et s'expriment nettement. C'est comme si, après une phase où les mécanismes projectifs ont été dominants dans la perception d'autrui, les participants éprouvaient le besoin de verbaliser ces images pour pouvoir les dépasser et découvrir une certaine réalité de soi et d'autrui. Il y a aussi la prise de conscience que l'image de soi n'est pas indépendante de l'image que l'on a pour autrui et que le regard de l'autre nous est une sorte de miroir, même s'il est parfois un miroir déformant.

Fanny : « On ne peut se voir que dans le regard des autres, ou bien dans un miroir ; quel que soit le groupe, il y a une image qui nous est renvoyée. »

Le fait que l'on accède à la conscience de soi en partie à travers l'image que nous renvoie le regard d'autrui n'est pas sans créer une relation de dépendance, plus ou moins ressentie et plus ou moins acceptée.

Sandrine : « Je me sens "être" par le regard des autres, s'ils me parlent, c'est parce qu'ils me voient. »

Ce sentiment de dépendance, joint au fait qu'en groupe on peut se voir refléter une multiplicité d'images convergentes ou contradictoires, est souvent source de malaise ; lorsque les participants en prennent conscience, c'est généralement avec une impression d'aliénation contre laquelle ils se révoltent.

Marie : « Je suis en effet complètement dépendante de la manière dont les autres vont me percevoir, m'apprécier ou me détester. Si l'on me renvoie une image positive, je vais pouvoir me sentir solide et assurée, alors que si l'on me renvoie une image négative ou que je perçois comme telle, "j'encaisse mal" et toute ma fragilité réapparaît : je doute de moi, je crois plus en la parole d'autrui qu'en la mienne. Or en groupe je me trouve confrontée à la multiplicité des images qui me sont renvoyées. J'ai alors du mal à percevoir une image unifiée et valorisante de moi-même. Je n'arrive pas à cerner la manière dont je suis perçue, et cela m'angoisse. »

C'est ainsi que le désir de savoir comment les autres nous voient s'accompagne généralement d'anxiété. Transparaît aussi la peur d'être figé dans un aspect de soi, d'être réduit à sa seule apparence.

Françoise : « *Je ne veux pas être étiquetée, être figée définitivement dans une image et je ne veux pas non plus avoir une image en quelque sorte "définitive" des autres. Je veux de l'inconnu et je veux que cela bouge autant pour moi-même que pour les autres.* »

Toute identité attribuée de l'extérieur apparaît comme réductrice et enfermante ; elle est négatrice de la diversité du sujet et de sa capacité à évoluer et à changer. En même temps, elle semble nécessaire pour que le sujet puisse lui-même s'identifier.

Josiane essaye de dire comment elle perçoit les hommes du groupe ; mais lorsque vient le tour de Tahar, elle dit qu'elle n'arrive pas très bien à le situer, qu'elle ne le sent « ni adulte, ni jeune ». Tahar (qui est Marocain mais vit en France) réagit : « *C'est chaque fois comme ça ! Je ne suis ni ça, ni ça, je suis rien... comment je peux avoir une identité ? Je sais pas qui je suis, car pour les autres j'ai jamais une identité claire. Pour les Marocains, je suis Français, et pour les Français, je suis Marocain ; je peux jamais me sentir avec une identité stable... Qui je suis ? C'est vraiment un problème !* »

À l'inverse, une réaction négative ou de rejet intervient souvent lorsque l'image pointe des aspects que le sujet ne veut pas reconnaître en lui, ou qu'il accepte à la rigueur d'envisager, mais qu'il juge dévalorisants.

Ainsi Paul réagit assez vivement quand Murielle lui dit qu'elle le voit comme un « curé », d'autant que cette image est accueillie par des rires et des exclamations approuvantes de plusieurs participants ; il s'exclame : « *Je suis quand même assez surpris... pourquoi curé ?... Je peux peut-être voir certains aspects qui permettent de dire ça... C'est vrai que je suis... je ne sais pas... je valorise l'altruisme, le dévouement... Est-ce que c'est ça ? Mais je réagis quand même assez négativement parce que pour moi j'associe ça à... quelque chose de pas très séduisant... et pourtant oui, c'est les valeurs que j'ai.* » On constate qu'il y a en même temps chez Paul le rejet d'une image qui lui semble dévalorisante et une certaine reconnaissance de son adhésion à des valeurs qui peuvent être associées à cette image.

La méconnaissance qui entraîne le mouvement de rejet peut porter sur des aspects de lui-même que le sujet préfère ignorer ou qu'il a refoulés. Mais elle peut prendre aussi une autre forme : l'image de soi que l'on prête aux autres – ou que l'on tire de leur expression – est marquée par ses propres projections et par la propre évaluation que l'on a de soi-même, sans que l'on en ait toujours conscience.

Ainsi Aurélie exprime à un moment l'impression que le groupe a une image négative d'elle ; Félix commente cette opinion : « On peut se demander pourquoi l'image qu'elle croit que le groupe a d'elle est une

image négative. Ne pensant pas que des impressions négatives lui aient été renvoyées très clairement par des participants, je tendrais à penser que cette image négative vient davantage de la perception qu'Aurélie a d'elle-même dans le groupe ; si elle se perçoit négativement, c'est peut-être qu'elle-même n'est pas satisfaite de l'image qu'elle a manifestée. »

De même Jacques (qui a une vingtaine d'années) exprime un malaise vis-à-vis de Patricia, une femme du groupe plus âgée que lui ; il l'explique par l'impression qu'elle se fait une certaine image de lui :

Jacques. – *Je pense qu'elle doit se dire : "Jacques est bien gentil mais c'est un gamin" ; oui, c'est ça, elle me prend pour un gamin...*

Corinne (l'interrompant). – *Tu crois pas que c'est toi qui te dis ça, que c'est toi qui as cette image-là de toi ?*

Jacques. – *Heu... peut-être, peut-être que c'est vrai... je crois que c'est moi qui pense que je suis un gamin, mais justement c'est un aspect de moi que je n'accepte plus ; j'en ai ras le bol de me sentir gamin !*

Entre l'image que chacun a de lui et celle que les autres lui renvoient, il y a à la fois des zones de recoupement et des points de décalage. Ce décalage est inévitable. Autrui ne peut avoir sur moi le même regard que j'ai moi-même, ne serait-ce que parce que le sien est extérieur et le mien intérieur.

Lucie : « Ce décalage entre la perception qu'a un individu de lui-même et celle que peut avoir une autre personne de ce même individu me frappe toujours davantage et m'apparaît maintenant de plus en plus flagrant dans la vie de tous les jours. » Et pourtant, il est presque toujours, pour l'intéressé, source de surprise et de trouble

Nicolas commente ce phénomène : « À mon sens, l'image que l'on renvoie à quelqu'un peut susciter chez lui un problème d'identité personnelle ; c'est-à-dire qu'au fond l'autre est toujours un miroir et que l'attente que l'on a à l'égard de ce miroir peut être comblée ou déçue ; dans cette éventualité, la personne cherche ce qui a bien pu déclencher ce quiproquo ; le discours intérieur qu'elle tient est celui-ci : "Mais enfin, ce n'est pas moi ça." »

Une autre forme de décalage est liée au changement. L'image de soi semble lestée d'une certaine inertie ; un exemple en est la transformation lente qu'entraîne l'écoulement du temps ; il y a une sorte d'attachement à l'image de ce que l'on a été, alors que les autres nous perçoivent à travers notre apparence actuelle.

Dans un groupe d'étudiants, Monique qui a la quarantaine et a repris des études tardivement dit qu'elle n'arrive pas bien à se situer par rapport aux autres étudiants tous plus jeunes qu'elle : « *D'une certaine façon*, dit-elle en s'adressant à eux, *je ne me sens pas tellement différente de vous ;*

*d'accord, je n'ai plus vingt ans [rires]... mais enfin, je me sens assez proche de ce que j'étais à cet âge, j'ai pas l'impression d'avoir tellement changé ; bien sûr il y a la vie, l'expérience en plus et puis physiquement aussi certainement... Mais en même temps, je vois bien que les plus jeunes me regardent comme une vieille ; il y en a même qui me disent : Madame ; alors, c'est difficile d'oublier mon âge, j'ai l'impression que ça gêne les relations. »*

De même, lorsqu'on s'est fait une image de quelqu'un, on a une certaine difficulté à la modifier : ainsi les parents ont souvent de la peine à reconnaître que leurs enfants ont grandi et, après l'adolescence, ils continuent souvent à les regarder comme des enfants alors que les autres les considèrent comme de jeunes adultes. Ce phénomène se retrouve, sur un autre plan, dans l'expérience groupale : les participants ont parfois du mal à entériner le changement intervenu chez l'un d'eux ; il y a une tendance à figer l'individu dans la première image qu'il a donnée de lui.

Véronique, par exemple, a été très effacée pendant toutes les premières séances d'un groupe régulier ; puis, un jour, sollicitée par les autres participants, elle a exprimé les difficultés qu'elle avait à parler en groupe ; à partir de ce moment, elle a été beaucoup plus participative, étant même, pendant une séance, le centre d'une discussion animée ; pourtant les autres continuaient, pendant ce temps, à parler d'elle comme d'une « silencieuse », alors même que cette image n'a plus grand-chose à voir avec ce qu'elle manifeste dans le présent.

L'image renvoyée par autrui a une fonction ambivalente : elle peut aider à la découverte de soi et confirmer le sujet dans son identité ; mais elle peut aussi l'aliéner, à travers son désir de correspondre à l'image que l'autre attend de lui (désir motivé par le besoin de séduction ou d'approbation, et par la peur du jugement et du rejet).

### 7.1.1 Image positive et image négative

Si les gens cherchent généralement à donner une image valorisante d'eux-mêmes, on constate cependant un paradoxe : beaucoup ont de la difficulté à se voir exprimer directement cette image ; ils manifestent une sorte de gêne ou de malaise devant une telle situation.

Dans un groupe, l'animatrice propose aux participants de choisir une personne pour laquelle ils se sentent une affinité et de lui exprimer ce qui motive pour chacun ce sentiment ; après l'exercice, plusieurs disent qu'ils ont eu une certaine difficulté à accepter les « compliments » qui leur étaient adressés. Cécile, par exemple, s'exclame : « *C'est très dur d'écouter des choses positives sur soi... Peut-être que j'ai peur que ce que l'autre*

*il voit de bien en moi, moi je l'ai pas du tout, qu'il se plante complètement quoi... Je me dis : moi ça, c'est trop beau, non ! »*

Il y a donc la peur de ne pas « mériter » les compliments que l'on vous fait, de ne pas « être à la hauteur » de l'image positive qui vous est renvoyée et donc de se révéler « en défaut » par rapport à celle-ci ; il y a aussi le sentiment qu'accepter des compliments c'est un peu les confirmer et que cela pourrait être pris pour une attitude vaniteuse et suffisante (comme on le constate dans la difficulté à s'attribuer à soi-même des qualités). On peut aussi penser que le désir de rencontrer une image valorisée de soi-même dans le regard d'autrui est culpabilisé comme marque de narcissisme et que cette culpabilité est ravivée par les compliments.

Ce qui semble plus étrange, c'est que certains participants paraissent souhaiter que leur soit renvoyée une image de ce que les autres perçoivent de négatif en eux.

*Michel : « Ce qui m'intéresse le plus, pour moi en ce moment, c'est de savoir comment je suis vu par les autres ; je pense qu'on a besoin d'avoir confirmation de l'image qu'on donne... moi ce qui me préoccupe, enfin... je veux connaître mes failles, mes faiblesses, comment les autres les voient... parce que, si je suis seul face à moi-même, je me fais toujours les mêmes images, je me raconte certainement beaucoup d'histoires. »*

Cette recherche semble motivée par le désir de se connaître soi-même, sans complaisance, par l'attente qu'autrui nous aide à voir plus clair en nous et à nous révéler des défauts que nous avons peut-être tendance à nous masquer.

Mais on peut rencontrer aussi des cas où le sujet semble accepter une image dévalorisante de lui-même ou même la rechercher. Le premier cas résulte notamment de situations de domination dans lesquelles le dominé est amené à intérioriser l'image négative qui lui est renvoyée par le dominant. Plusieurs recherches (Vinsonneau, 1985 ; Malewska, 1990) ont montré, par exemple, que certaines populations immigrées pouvaient s'attribuer des stéréotypes négatifs portés par la culture environnante : ainsi les Maghrébins venant des classes défavorisées sont particulièrement affectés par les représentations à connotation raciste et se montrent disposés à dévaloriser leur propre image ; ils reprennent à leur compte l'identité du « paresseux », de l'« hypocrite », de l'« incompetent » que leur renvoient certains Français. On peut voir là une forme d'identification à l'agresseur. Mais ce mécanisme peut être étendu à de nombreuses situations où, pour le sujet, il existe un écart très grand entre la perception qu'il a de lui-même et l'idéal du moi qu'il a intériorisé à partir des modèles proposés par l'entourage familial, le groupe social ou la culture dominante.

*Thérèse qui a affiché à plusieurs reprises dans le groupe sa foi religieuse dit qu'elle se sent très éloignée des idéaux qui sont les siens : « Je vous*

*assure, je suis égoïste, je n'ai pas assez de volonté et d'amour pour les autres ; par exemple, je me sens souvent agressive envers mes collègues de bureau ; je voudrais pouvoir les accepter, les aimer totalement mais je n'y arrive pas... là aussi il y a une part d'orgueil, car je me sens supérieure à elles, parce qu'elles n'ont pas d'idéal, mais je ne devrais pas, c'est pas bien, je devrais les accepter comme elles sont, ne pas les juger. »* On sent là l'ambivalence de l'image que Thérèse a d'elle-même : à la fois elle se définit négativement en regard de l'idéal qui est le sien ; mais en même temps elle tire une certaine fierté, un certain orgueil et un sentiment de supériorité de l'identification à cet idéal ; on peut penser que l'image négative résulte du jugement du surmoi sur le moi et en même temps qu'elle constitue un mécanisme de défense contre le désir de supériorité que Thérèse refuse en raison de ses convictions.

L'intériorisation d'une image négative de soi peut venir aussi de ce que le sujet ne trouve pas dans son entourage d'autres reflets de lui-même « disponibles » et qu'il préfère inconsciemment avoir une identité négative qui lui donne une certaine existence reconnue par autrui plutôt que de n'être rien.

Quelquefois le sujet semble même chercher chez autrui la confirmation de l'image négative qu'il a de lui-même, comme s'il était soulagé, paradoxalement, que soit reconnu ce qu'il tente de dissimuler et qu'il craint de voir démasquer tout à coup : se voir renvoyer ses défauts et ses faiblesses est moins angoissant que d'imaginer à chaque instant qu'autrui va les découvrir et les dévoiler ; et puis reconnaître soi-même ses manques, c'est déjà mériter des « circonstances atténuantes » (péché avoué est à moitié pardonné). Tous ces mécanismes poussent le sujet à vouloir entendre d'autrui le discours qu'il se tient sur lui-même.

*Roland s'adressant aux autres participants : « Vous pouvez me critiquer, ça ne me gêne pas, c'est comme ça que je peux progresser ; et puis, de toute façon, je préfère savoir ce que vous pensez de moi, car je sais bien que j'ai pas donné une image particulièrement... enfin, une bonne image... je connais mes failles, alors c'est pas la peine de me ménager. »*

Il y a aussi le besoin de faire reconnaître, au-delà du masque social, son « vrai » moi, même s'il peut être jugé négativement

*Ainsi Isabelle, une jolie jeune fille, un peu « b.c.b.g. », demande avec une sorte d'avidité mêlée d'angoisse aux autres participants de lui dire comment ils la voient. Bertrand lui répond : « Je te trouve plutôt mignonne, assez sympa quoi... peut-être un peu réservée, mais bien.*

*Isabelle (qui n'a pas l'air satisfaite). – Oui, oui t'es gentil, mais ça m'intéresse pas tellement ça, c'est pas ça que j'ai envie d'entendre, ça m'apporte rien, c'est nul... Je préférerais qu'on me dise ce qu'on pense vraiment de moi, sans prendre des gants.*

Didier. – *Bon, tu veux qu'on te balance des vacheries, d'accord... enfin, c'est pas vraiment méchant... mais quand je t'ai vue, j'ai trouvé que tu faisais petite fille bien sage, bien rangée, plutôt conventionnelle... voilà, tu vois j'essaie d'être sincère.*

Isabelle, très émue. – *Je savais qu'on allait me dire ça, je sais que je donne cette impression... Ce n'est pas de ma faute, bon, c'est des années d'éducation, ma famille, mon milieu social. En fait, c'est l'apparence tout ça, je suis pas si gentille que ça... en moi ça bouillonne souvent, j'ai envie d'envoyer tout balader, mais je n'ose pas le montrer [les larmes lui montent aux yeux]... La petite fille sage, je la supporte plus, c'est pas vrai, j'en ai assez, assez ! »*

On voit dans cette interaction qu'Isabelle refuse l'image plutôt positive qui lui est d'abord proposée car elle correspond trop au « masque », à l'identité sociale qu'elle a construite par conformisme mais qui ne la satisfait plus ; lorsqu'elle suggère qu'on lui adresse des vérités même un peu rudes, c'est à la fois pour se voir confirmer la perception négative qu'elle a de ce masque et pour faire reconnaître son soi intime : la jeune fille révoltée qui veut rejeter l'image sociale qui l'étouffe.

Il y a ainsi, à l'intérieur du sujet, une polarité et une dynamique entre images positives et images négatives qu'on peut référer aux relations entre les différentes instances de la personnalité et notamment entre le moi, le surmoi et l'idéal du moi. Cette dynamique est faite de conflits, de mécanismes de compensation, de formations réactionnelles jouant un rôle défensif à l'égard d'attitudes et mouvements pulsionnels réprouvés.

Ainsi Clara prend conscience de sa tendance à se dévaloriser, à rechercher chez les autres une confirmation de ce qu'elle redoute de découvrir chez elle, d'aller au-devant des critiques comme pour les prévenir ; elle explique cette attitude par un manque de confiance en elle-même, par une sorte de doute sur ce qu'elle est vraiment ; mais, plus profondément, elle la ressent comme un conflit permanent entre ce à quoi elle aspire (son idéal) et ce qu'elle redoute d'être (son moi réel) : « Je vis, note-t-elle, dans la peur de ce que je suis en regard de mon désir de ne voir en moi que du positif, d'être parfaite ; il y a constamment la peur qu'on se moque de moi opposée à mon désir qu'on me complimente, la peur d'être bête, opposée à mon désir d'être et de paraître intelligente ; peur de me tromper opposée à mon désir de toujours avoir raison, de ne jamais échouer, d'être la plus forte, désir de supériorité, d'être infaillible ; peur d'avoir certains défauts opposée à mon désir de perfection ; peur des autres, peur des critiques, peur de ne pas être suffisamment conforme opposée à mon désir d'être irréprochable. »

On saisit, à travers cet exemple, comment l'idéal de perfection peut apparaître, dans une perspective adlérienne, comme une surcompensation au

sentiment d'infériorité, et dans une perspective freudienne comme une formation défensive réactionnelle destinée à contenir et à refouler ce qui est considéré comme « défauts », c'est-à-dire les manifestations pulsionnelles rejetées par le *surmoi*, ainsi que le sentiment de faille narcissique.

## 7.2 Le contrôle de l'image de soi

Chaque personne tend, dans la rencontre et la communication avec autrui, à donner et à faire reconnaître une certaine image d'elle-même ; elle souhaite se voir attribuer une certaine valeur, même si la recherche de valorisation peut, comme nous l'avons vu, prendre des voies complexes et faire une part à l'autodépréciation.

Cette attente situe l'autre comme partenaire indispensable dont la coopération et la confirmation sont nécessaires pour atteindre le but visé ; elle est donc au fondement même du lien social et motive de multiples stratégies de « séduction » qui animent tout un versant des relations quotidiennes.

Bénédicte : « Bien souvent, nous désirons séduire l'autre, les autres, en donnant une bonne image de soi ; image que nous construisons à partir de ce que nous voudrions être ou paraître [...] D'autre part, sachant l'autre érigé en une sorte de juge, nous désirons son assentiment, son adhésion et celle-ci est si importante que nous pouvons en nier notre liberté pour l'avoir. »

C'est la dimension ritualisée de ce phénomène qu'E. Goffman a décrite et analysée à travers la notion de « face » (1974) ; elle désigne la valeur sociale positive que chacun revendique et s'efforce de produire dans ses interactions avec autrui en y manifestant des traits, des attitudes ou des conduites socialement approuvées. Le « savoir-vivre » et le « tact » veulent que chacun coopère à cette « mise en scène » de soi afin que personne n'y « perde la face » (Goffman, 1973). La « présentation de soi » (à travers l'expression, la communication, la parole, les gestes, les mimiques, les postures, la « tenue », l'habillement, la coiffure, etc.) en est une partie essentielle ; elle tend à produire une image que chacun propose et souhaite se voir confirmer par autrui. Il est donc important d'avoir une « bonne tenue », de pouvoir exercer un contrôle sur l'image que l'on donne de soi de façon à ce qu'elle soit conforme à l'impression qu'on veut produire. C'est pourquoi toute interprétation par autrui de ses paroles ou comportements qui s'écarte de la signification que le sujet prétend leur donner est ressentie comme une attaque et comme une menace pour la *face* qu'il revendique.

Béatrice : « *Ce qui m'énerve ici, c'est cette manie de tout interpréter ! Encore tout à l'heure, Agnès qui me dit que j'étais agressive envers Valérie... Non, ça va pas... Je crois qu'il faut laisser le soin à chacun d'expli-*

quer ses intentions, ce qu'il pense... Je suis pas agressive, simplement je n'étais pas d'accord avec ce qu'elle propose ; c'est tout ! »

### 7.2.1 La maîtrise des impressions

À cet égard, la situation groupale est inconfortable ; la multiplicité des points de vue qui s'expriment apparaît déroutante et rend problématique une maîtrise des impressions produites.

Lionel : « La discussion vient de montrer que chacun a perçu les choses à sa façon, que chacun se fait une idée différente de moi ; je sais pas... on a peut-être plusieurs identités... c'est possible, mais alors comment se repérer, comment se comporter... comment je peux contrôler l'image qu'on a de moi ? »

Cette difficulté à contrôler et même à saisir l'image que l'on donne aux autres est source d'insécurité, de malaise et d'anxiété. Chacun redoute l'« étiquette » qu'on peut lui « coller », d'autant qu'il ressent en lui-même une propension naturelle à catégoriser les autres, à leur attribuer des traits de personnalité en fonction des caractéristiques qu'il perçoit chez eux.

Emmanuel : « En fait, si je me fais cette idée précise de Thierry ou de n'importe quel autre membre du groupe, chacun peut très bien se faire de moi une idée tout aussi précise. C'est cette identité que je me sens incapable de contrôler, ni même de connaître (je doute de l'image que je donne) qui est source d'un certain malaise que j'éprouve par moments dans le groupe. »

Ce malaise peut être amplifié par d'autres facteurs. Le fait d'abord que le contrôle de soi a toujours des failles : on ne maîtrise pas toujours ce que l'on dit, ses gestes et attitudes, son intonation, les émotions qui nous agitent et transparaissent malgré nous.

Nicole : « Je sais que, lorsque je prends la parole, j'ai souvent tendance à rougir ; c'est quelque chose que je ne peux absolument pas contrôler et qui me gêne terriblement ; je me demande quelle image les autres vont se faire de moi et l'appréhension que j'ai à cet égard ne fait qu'accroître mon anxiété. Comment sortir de ce cercle vicieux ? »

Il y a aussi la peur que l'image perçue ne soit pas celle que l'on veut donner, que se révèlent malgré nous nos lacunes, nos faiblesses, nos insuffisances.

François évoque ce « jeu des images où le « je » que nous donnons à voir peut ne pas être à la hauteur, peut mal dire ou mal faire, peut nous trahir, nous ridiculiser, nous inférioriser, nous déposséder, nous livrer, nous rendre proie, esclave, dépendant, soumis ».

Quelquefois le sujet a le sentiment pénible qu'il n'arrive pas à produire l'impression qu'il désirerait produire, qu'il n'a pas une maîtrise suffisante de lui-même ; il souffre donc du décalage entre l'image qu'il souhaiterait donner et ce qu'il se sent être intérieurement.

Anne : « J'avais quelquefois le sentiment de ne pas « être à la hauteur » [...] Il m'a été impossible d'exprimer cela [...] Quelle image voulais-je renvoyer aux autres ? Certainement pas l'image de quelqu'un qui ne se sent pas à la hauteur. On veut toujours donner une image positive de soi. »

Il y a encore la peur des réactions des autres qui risquent toujours de ne pas confirmer ce que l'on cherche à faire reconnaître et dont on appréhende un jugement négatif, une rebuffade, une moquerie ou un rejet.

Laurence : « Plusieurs fois mes interventions sont tombées à plat et, soit cela a provoqué un silence, soit il y a eu un changement de sujet. C'est ainsi que n'ayant pas déjà une très bonne estime de moi dans ce groupe, j'ai eu peur pour mon image et j'ai alors préféré me taire. »

### 7.2.2 La tenue

La *tenue* tient une place importante dans cette problématique de l'impression produite, car elle se prête tout particulièrement à une « mise en scène » du moi, à une élaboration contrôlée et à une symbolisation de l'image que l'on souhaite offrir. Mais elle a un caractère « apprêté » qui lui confère un aspect intentionnel et qui peut donc trahir les désirs de valorisation du sujet ; c'est justement cet aspect qui contribue à en faire un thème délicat à aborder ; peu de participants s'expriment spontanément sur la façon dont ils investissent et conçoivent leur tenue. Pourtant cette dimension, lorsqu'elle est abordée, peut être particulièrement riche et significative.

Citons, par exemple, le témoignage de Véronique, une femme d'une quarantaine d'années, issue d'un milieu « bourgeois » et qui suit des études universitaires ; elle exprime d'abord le besoin qu'elle a eu, dans ce cadre, de masquer, au moins au début, à la fois son origine sociale et son identité sexuelle ; dans un premier temps elle a donc choisi plutôt des vêtements de type masculin, style pull et pantalon ; mais, dit-elle, « j'ai éprouvé le sentiment d'être cachée dans des vêtements masculins et le besoin, pour me rapprocher de ma vérité, de m'habiller en femme ». Elle essaie alors le style « étudiante féminine » pour se rapprocher des autres étudiants et ne pas afficher trop nettement son âge et son milieu d'origine ; mais là encore, elle ne se sent pas elle-même dans cette tenue : « Par la suite, je réalisais que je me suis travestie en étudiante » ; elle choisit donc de s'habiller d'une manière plus conforme à ce qu'elle porte habituellement dans son milieu ; elle se voit alors renvoyée une image en rapport avec sa tenue : « M'habillant en fac d'une façon plus proche de mes appartenan-

ces sociales, je serai rapidement appelée “Madame” par les étudiants, les professeurs et le personnel de service. Cette réappropriation de mes vêtements, conclut-elle cependant, constitue une réelle désaliénation. » On saisit, à travers cet exemple, combien le vêtement peut être l’expression de l’image de soi revendiquée socialement par le sujet, mais aussi de quels conflits cette image peut être l’enjeu, conflits notamment entre le moi social et le moi intime.

Un autre exemple est celui d’Agnès qui a pris conscience du fait qu’elle mettait un soin particulier à sa toilette pour venir aux séances de groupe : *« C’est drôle, dit-elle, j’ai certainement envie qu’on me trouve agréable, jolie... je ne sais pas si je veux séduire tout le monde, ça n’a pas grand sens, d’ailleurs tout le monde ne me plaît pas ici [rires], mais j’ai envie certainement qu’on ait une bonne image de moi, qu’on me trouve séduisante. »* Notons que les hommes sont beaucoup plus discrets sur leur tenue et qu’interviennent certainement dans cette réserve des normes sociales qui accordent plus facilement le droit à la coquetterie aux femmes qu’aux hommes (et pourtant le terme vient de coquet : « petit coq »).

### 7.2.3 L’insu

Comme on a noté le décalage irrémédiable entre l’image pour soi et l’image pour autrui, il faut souligner aussi l’écart qu’il y a entre l’impression que chacun cherche à donner et la façon dont il est perçu par les autres. L’expérience groupale permet la prise de conscience et l’évaluation de cet écart.

Ainsi Valérie note que cette expérience lui a permis de réfléchir sur ce genre de questions : « Quelle image je cherche à donner aux autres ? Qu’est-ce que je suis capable de maîtriser dans l’image que je donne ; et l’adéquation ou non entre ce que je crois livrer aux autres et ce qu’autrui perçoit de moi ? » ; et elle ajoute : « L’image que l’on croit donner et celle que l’autre a de vous ne seront jamais identiques. »

On ne contrôle pas forcément l’aspect de sa personnalité qui va s’extérioriser dans l’interaction ; et la signification qu’autrui lui attribue n’est pas toujours conforme à celle que soi-même on lui confère. Il ne s’agit pas seulement d’une différence de points de vue, d’une déformation perceptive ou de la subjectivité propre à toute interprétation. Il y a plus fondamentalement le fait que, dans sa parole et son comportement, le sujet peut donner à entendre et à voir, à son insu, ce qu’il se dissimule à lui-même.

Corinne. – *Moi, j’ai l’impression qu’on est pas vraiment responsable des images qu’on renvoie, que le groupe nous renvoie... heu... j’ai l’impression que tout ça n’est pas conscient. C’est vrai, pour toi, Catherine, ça ne correspond pas forcément à la vie que tu peux peut-être mener par ailleurs... justement, c’est l’impression même des gens.*

Catherine. – *Je ne suis pas d'accord ; je suis sûre qu'on est responsable de l'image qu'on renvoie... peut-être il y a 20 % de...*

André. – *Ça dépend de ce que l'on entend par responsable.*

Catherine. – *C'est-à-dire qu'il y a au moins 80 % de l'image qu'on renvoie, qu'on maîtrise... c'est évident ! La façon de te maquiller, de te coiffer et d'intervenir, ça tu le maîtrises, c'est évident, c'est déjà la moitié de ton image.*

André. – *Tu dis qu'à ton avis on peut tout à fait fabriquer une image, moi je ne pense pas, parce que, à mon avis, la clef c'est justement le rapport qu'on va entretenir à l'image qu'on fabrique et ça, ça va transparaître de mille façons ; on va voir si elle est authentique ou pas, si tu es bien dedans ou pas bien dedans.*

Dans la demande de reconnaissance adressée à l'autre s'exprime une part de méconnaissance que la psychanalyse a particulièrement explorée en montrant les mécanismes défensifs à l'œuvre au sein même de la conscience de soi (projection, clivage, refoulement, dénégation, rationalisation...).

L'image que l'on cherche à donner aux autres est une sorte d'image-écran ; elle apparaît à la fois comme un masque qui tend à dissimuler une partie de l'identité (en relation avec le soi intime) ; et en même temps s'y projette comme une ombre ce que le sujet cherche à soustraire au regard d'autrui. On a vu, par exemple, qu'en mettant en avant une image humble, même autodépréciative de lui-même, il peut chercher à préserver un rêve intérieur de perfection et de supériorité : la modestie affichée n'est alors qu'un déguisement de l'orgueil.

De même l'effort de contrôle révèle indirectement ce que le sujet redoute de voir transparaître et qu'il tend à refouler ou à occulter.

Ainsi le masque de séduction qui sous-tend l'image sociale offerte aux autres cherche à les égarer et à les détourner de la vérité ; mais il trahit en même temps la vérité du désir qui l'habite.

C'est ce qui explique qu'autrui puisse lire aussi bien le sens proposé par l'apparence que la signification cachée que celle-ci porte en creux. À travers l'image que le sujet cherche à accréditer de lui dans ce qu'il donne à voir en se dissimulant, il se dévoile à son insu. C'est dans une telle perspective qu'on peut comprendre cette réflexion de J. Lacan (1966, p. 331) : le sens d'un « discours réside dans celui qui l'écoute » autant que dans l'intention de celui qui l'énonce.

Mais ce qui introduit une complexité supplémentaire, c'est que dans son écoute l'autre est aussi présent : il ne peut apparaître comme une oreille et un regard objectifs ; sa subjectivité profonde est engagée dans la perception de l'énonciateur et se projette dans l'image qu'il a de lui. C'est là où l'image de soi interfère avec l'image d'autrui.

## 7.3 L'image d'autrui

On peut noter d'abord que la verbalisation des images que les participants se font les uns des autres ne va pas sans difficultés. Dire comment on voit l'autre c'est porter un jugement sur lui et toucher à son identité ; et donc faire intrusion dans son espace personnel, transgresser la réserve qu'il convient de garder face à autrui. Cette transgression peut être un acte de rapprochement et de sympathie, surtout si l'image verbalisée est positive ; mais elle peut être vécue aussi comme un acte agressif, violant l'intimité d'autrui.

Adeline souligne les défenses que suscite dans le groupe le fait de s'expliquer sur les perceptions mutuelles : « Le plus frappant est, à mon avis, la force des résistances à l'explication, comme si éclairer la situation, c'était porter atteinte à la partie secrète de chacun. Cela découle sans doute de cette idée qu'on dissèque la personnalité de l'autre en exprimant les images qu'il suscite. »

Pourtant, comme on l'a déjà noté, cette démarche provoque souvent la curiosité de l'intéressé, même si elle est teintée d'appréhension, car l'intuition est profondément ancrée en nous que les autres peuvent nous révéler ce que nous sommes.

Dans un groupe, quelqu'un propose que l'on fasse des « portraits imaginaires » des participants ; cette suggestion rencontre beaucoup d'enthousiasme car le fait que les portraits soient dits « imaginaires » permet de libérer l'expression et de relativiser par le jeu la portée des traits attribués à autrui. Christophe commente cette démarche : « Esquisser le portrait « imaginaire » de quelqu'un, c'est une façon d'entrer en relation avec l'autre, d'établir un rapport nouveau dans la mesure où l'on donne à autrui la perception que l'on a de lui, celle-ci n'étant jamais sans connotations diverses. Enfin la synthèse de ces portraits permet une certaine évaluation de l'image effective que l'on donne au groupe et aussi la possibilité de s'interroger sur les « choses » qui ont motivé ces portraits. »

### 7.3.1 Catégorisation et attribution

Un autre facteur qui inhibe l'expression dans ce domaine est la crainte d'être « catégorisé », figé dans une image réductrice.

Roland exprime, lors d'une séance, la façon dont il perçoit les différents rôles pris spontanément par chacun dans le groupe ; Thierry écrit à ce propos : « Ses remarques m'ont fait peur dans le sens où elles nous enferment bien souvent impitoyablement dans une fonction précise [...]. Elles nous gênent car elles nous mettent face aux regards catégorisateurs des autres qui définissent notre place et négligent notre individualité propre à laquelle nous semblons tellement attachés. »

En effet, de nombreuses recherches en psychologie sociale montrent qu'il y a à la base de la perception d'autrui un mécanisme d'attribution de caractéristiques lié à un processus de catégorisation ; c'est souvent à partir de la classification d'un individu dans une catégorie sociale déterminée (comme le sexe, l'âge, la profession, le groupe ethnique, la croyance idéologique...) que lui sont conférés certains traits plus ou moins stéréotypés : « Les sujets feront, dans cette optique, des attributions à autrui en fonction de la représentation cognitive qu'ils ont de la catégorie d'appartenance de cet alter » (Deschamps, 1977, p. 12). Ce processus est d'autant plus actif que cette catégorie est éloignée de celle du sujet.

Yolande : « La conversation s'est centrée, entre autres choses, sur comment nous voyons Michèle. Tout comme Jacques, elle a la particularité d'être parmi les plus âgés du groupe ; cela lui donne une position de différence, c'est-à-dire qu'appartenant à une autre classe d'âge, elle "hérite" des stéréotypes sociaux d'autant plus facilement que la distance entre elle et nous (jeunes d'une vingtaine d'années) nous paraît grande. Il faut ajouter à cela le fait qu'elle nous ait appris avoir un enfant de notre âge, ce qui a pu faciliter la projection sur elle d'images parentales. »

La démarche de catégorisation se conjugue donc avec un mécanisme d'attribution ; celui-ci « consiste à émettre un jugement, à inférer "quelque chose", une intuition, une qualité, un sentiment sur son état ou sur l'état d'un autre individu, à partir d'un objet, d'une disposition spatiale, d'un geste, d'une humeur » (Moscovici, 1972, p. 60). C'est dire qu'en dehors de la catégorie d'appartenance, c'est à partir de certaines caractéristiques perçues, associées au physique, à la tenue, aux comportements, au discours de la personne que vont être inférés les traits psychologiques qui lui sont attribués. Ainsi, dans le jeu des « portraits imaginaires », évoqué plus haut, on a pu constater que c'était, selon les cas, l'habillement, la coiffure, les postures et les mimiques, l'intonation de la voix ou des comportements habituels de la personne qui induisaient certaines perceptions.

Caroline : « J'ai attendu qu'André se coupe les cheveux pour avoir envie de lui parler. André suscitait sans doute, avec ses cheveux longs, sa barbe, son comportement, une image trop typée que je rejetais. En abandonnant ces caractères, il devenait abordable et non plus assommant. »

Ce que l'on constate aussi, c'est que chacun est tenu pour responsable des impressions qu'il produit. Plus encore, on présuppose souvent qu'une intention se cache derrière chacune des manifestations d'un individu. Cette observation rejoint les conclusions de nombreuses recherches expérimentales ; comme le souligne H. Tajfel, elles « montrent que l'intention est considérée comme cause des actions individuelles bien au-delà des informations objectives dont les sujets disposent » (in Moscovici, 1972, p. 299). La logique qui préside à ce type de causalité repose souvent sur une démarche associative et

analogique ; elle renvoie à la perception intuitive d'un lien entre le physique et le psychologique, l'apparence et les attitudes profondes, l'intention et l'effet produit.

Joseph vient d'exposer devant le groupe un problème personnel, important pour lui ; Sabine réagit : « *Je comprends pas pourquoi tu nous racontes ça... moi ça me gêne, je trouve que c'est trop intime, je n'aurais pas l'idée de dire ça au groupe, peut-être à une amie, mais pas ici... Tu crois pas que tu es un peu exhibitionniste ? Je suis sûre aussi que tu nous dis ça pour nous mettre mal à l'aise.* »

On pourrait évoquer aussi la notion de *théories implicites de la personnalité* (Bruner et Tagiuri). Ces théories implicites peuvent s'appuyer, pour une part, sur l'expérience ; comme le note H. Paicheler, on peut « supposer que les individus les ont acquises au contact des autres personnes. Leurs expériences sociales ont multiplié les occasions de percevoir des corrélations existant objectivement dans le réel » (in Moscovici, 1984, p. 291). Mais elles s'inscrivent aussi dans des modèles culturels largement axiologisés : « L'impression que nous nous formons d'une autre personne résulte donc de la mise en place des structures définies par une représentation sociale de la personne » (*ibid.*, p. 297). Chaque groupe social, à chaque époque, est porteur de représentations de la personnalité, faites d'ensembles de traits valorisés ou dévalorisés ; ainsi J. Maisonneuve (1979) en analysant à vingt ans de distance l'image de la personne sympathique a pu montrer une évolution significative de cette représentation sociale.

Cependant, s'il est important de prendre en compte ces mécanismes d'inférence, d'attribution, de catégorisation sur lesquels la psychologie sociale a mis l'accent, ils ne suffisent pas à éclairer tous les aspects de l'image d'autrui ; l'expérience groupale montre qu'interviennent dans son élaboration d'autres mécanismes, notamment des mécanismes de nature projective.

### 7.3.2 La dimension projective

Parler de projection implique que la subjectivité du sujet percevant est tout entière engagée dans l'image qu'il se fait d'autrui ; ses états affectifs et notamment ses désirs, ses attentes, ses peurs, de même que ses représentations et ses fantasmes l'imprègnent profondément. Comme dans un test projectif, l'autre constitue une sorte d'écran sur lequel le sujet réfracte le prisme de sa subjectivité, sa structure de personnalité, ses mécanismes de défense, ses états émotionnels.

L'expérience groupale permet de mettre en lumière ce mécanisme ; d'abord en mettant en évidence la pluralité des images que les participants peuvent se faire d'une même personne et donc la façon dont chacun est engagé dans sa perception ; elle permet aussi à la personne de valider ou

d'invalider (même si cette réponse n'est pas forcément décisive) les traits, les intentions, les sentiments qui lui sont attribués. Assez vite les participants repèrent cette dimension projective de l'image d'autrui.

Claudine : « On ne voit des autres que leurs comportements et on ne connaît pas leur vécu intérieur : donc, on ne peut qu'interpréter leurs comportements. C'est exactement le processus mis en jeu dans les "portraits imaginaires". Certains membres du groupe m'ont attribué un portrait imaginaire qui est celui de la poule de luxe ou de la femme qui mène une double vie, à savoir, le jour, l'image d'une femme rangée, et la nuit, celle d'une femme débauchée. Dans un premier temps, j'ai été assez choquée de renvoyer une image aussi négative. Ce qui me gênait vraiment, c'était le côté vulgaire de ce portrait car je déteste la vulgarité. Mais en réfléchissant plus longuement sur cette image, je me suis aperçue qu'elle n'avait pas que des aspects négatifs et la double vie de cette femme peut renvoyer à des fantasmes que les gens projettent sur moi. »

Le mécanisme de projection semble d'autant plus actif que la personne sur qui il porte donne peu à voir d'elle-même, inquiète, intimidée, fait peur.

Sylvie : « *Ce qui me frappe, c'est qu'on arrive quand même à projeter pas mal de choses sur les gens, alors qu'on les connaît à peine... Mais c'est peut-être justement ça... quand on les connaît peu on sent peut-être les gens intuitivement, simplement en les voyant.* »

Le cas des « silencieux » en est un bon exemple ; donnant sur eux peu d'informations, ils apparaissent comme une surface projective privilégiée sur laquelle les autres peuvent accrocher leur peur d'être observés, jugés ou leurs propres résistances à l'expression.

Sandrine : « *Je suis vraiment surprise de ce que vient de dire Anne, que, si elle parle peu, c'est parce qu'elle a peur, qu'elle a de la peine à s'exprimer... Moi, j'étais persuadée qu'elle nous méprisait un peu, qu'elle ne s'intéressait pas à ce qu'on disait, qu'elle nous jugeait... Maintenant, je la vois différemment et je me rends compte que j'avais projeté plein de trucs sur elle.* »

Dans un sens plus spécifiquement psychanalytique, on observe aussi que le sujet projette souvent sur autrui ce qu'il refuse ou méconnaît en lui-même.

Dans un groupe Lucien et Jean-Pierre « s'accrochent » assez souvent et leurs joutes oratoires agacent un peu les autres. Catherine le fait remarquer et demande à Lucien : « Mais pourquoi tu n'arrêtes pas de "chercher" Jean-Pierre, qu'est-ce qu'il t'a fait ? »

Lucien. – *Je sais pas si c'est moi qui le cherche ; tu crois pas qu'il me cherche aussi ? Mais c'est vrai que j'aime bien le titiller, je suis sûr qu'il va répondre... Enfin, ce qui m'énerve un peu chez lui, c'est qu'il veut toujours avoir le dernier mot...*

Catherine (l'interrompant). – *Tu crois pas que t'es un peu pareil, que toi aussi tu veux avoir le dernier mot ?*

Lucien. – *Je sais pas... peut-être... T'es vache de le faire remarquer, peut-être que les autres s'en étaient pas aperçus [rires]... Bon, maintenant que tu le dis, c'est vrai que j'ai peut-être cette tendance, mais c'est sûrement une raison de plus pour que ça m'énerve chez Jean-Pierre... »*

On constate aussi que les membres du groupe ont besoin de se faire une image, d'essayer d'expliquer et de comprendre des individualités qui posent problèmes, qui sont source de conflits ou de tension. C'est un peu un moyen de les contrôler et au moins de trouver une raison au trouble qu'elles provoquent.

Bénédicte : « En mettant une étiquette à quelqu'un, nous le maîtrisons ; et s'il s'avère dangereux ou menaçant pour notre image, il suffira de le ranger dans un rang inférieur à soi pour contrer le danger. »

Souvent ces individualités qui polarisent l'affectivité du groupe incarnent les conflits ou la problématique qui agitent le groupe et traversent chaque participant.

Ainsi dans un groupe Gérard cristallise le conflit entre la volonté d'implication et la peur de la « casse » qui pourrait en résulter. Yolande note : « Beaucoup de personnes se sont exprimées à propos de l'image qu'ils avaient de Gérard, alors qu'il était absent. La conversation est devenue très animée. Ont été mis au jour des stéréotypes, des projections et beaucoup d'affectif au travers de critiques sévères. L'implication autour de l'affectif fut, à mon avis, très importante, ce qui explique l'animation, la tension ainsi qu'une culpabilité que certains ont exprimée. »

C'est en exprimant ce qu'ils ressentent face à cette personne, en essayant de cerner l'image qu'ils s'en font que les participants peuvent comprendre ce qu'ils investissent de leur problématique propre dans cette image et ainsi se la réapproprier.

Josette : « Aurélie se retranche toujours derrière une boutade comme pour atténuer ce qu'elle pense être trop agressif dans ses propos. Elle est la contestataire du groupe. Comme beaucoup d'entre nous, elle est incapable de dire ce qu'elle attend du groupe et pourtant elle en attend beaucoup. Alors elle “ronchonne” car, insatisfaite, elle s'en veut et nous en veut peut-être également un peu de ne pas satisfaire son attente et sa demande. Elle est très consciente de son agressivité et voudrait la dominer. Son rôle est un peu particulier pour moi, car il me semble avoir quelques points communs avec elle. » Et aussi : « Il m'est difficile de parler d'Albert contre qui mon agressivité naturelle s'est exercée. Aversion-attraction disait Dominique, ce que je réfute totalement. Par contre, que ce qu'il m'a montré de lui fasse résonner des sentiments semblables en moi, ça je ne peux le nier. En fait il se pose devant tout le groupe des questions que, peut-être, je me pose aussi. »

## 7.4 L'image de l'animateur

Dans l'expérience groupale, l'animateur (ou les animateurs) occupe une place particulière. Son statut, ses fonctions, son mode d'intervention le distinguent des autres participants. Tous ces éléments font qu'il est l'objet d'un regard et d'une attention spécifiques. Ce phénomène peut être éclairé par des notions comme celles de transfert, de projection, de rapport à l'autorité, etc. Sans vouloir traiter directement des mécanismes qu'elles impliquent (ce qui nous éloignerait du thème de cet ouvrage), je relèverai seulement quelques caractéristiques de l'image de l'animateur qui lui confèrent une identité spécifique.

### 7.4.1 Une image ambivalente

L'animateur apparaît d'abord comme représentant le groupe dans son unité, ses valeurs et son projet ; en ce sens il est perçu un peu comme le support d'une sorte d'idéal du moi groupal. C'est pourquoi sa place est ressentie comme « unique ». De ce fait, les participants vivent mal que l'un d'eux cherche à occuper cette place ; c'est ce que note Jeanne en traitant Philippe (qui pour elle « joue à l'animateur ») d'« usurpateur » ; elle ajoute : « Ceci m'amène donc à penser que la place de l'animateur est ressentie par le groupe comme unique, précieuse et inviolable. »

La situation groupale, ainsi qu'on l'a souligné, suscite chez les participants tout un imaginaire de menaces, de conflits potentiels et d'agression. L'animateur est perçu alors comme celui qui peut protéger les participants du « fantasme de casse » (Anzieu, 1975, p. 196), servir de barrière aux débordements pulsionnels et notamment aux manifestations d'agressivité.

Éric, s'adressant à moi (animateur) : « *J'ai trouvé que vous constituez une sorte de "garde-fou" pour le groupe qui lui permet de ne pas s'égarer.* »

On retrouve ici la fonction de l'idéal qui est de servir à la fois de repère et de modèle et d'assumer en même temps un rôle de « formation réactionnelle » contre les angoisses et les pulsions qui peuvent menacer le sentiment d'intégration et d'identité personnelle.

Mais il apparaît très vite que cette image est teintée d'ambivalence. Car la place et le pouvoir conférés à l'animateur entraînent à la fois des attitudes de dépendance, et des réactions de défense et de contre-dépendance.

Florence : « Il me semble que vous êtes perçu comme le personnage central du groupe, celui auquel on accorde son attention, on prête un certain pouvoir (de par vos connaissances notamment), mais également dont on se défend [...] Il y a une sorte de dépendance sentimentale vis-à-vis de votre jugement auquel nous attachons de l'importance ».

Le versant de la dépendance se traduit notamment par la projection sur l'animateur d'une image de *leader* : les participants attendent de lui qu'il conduise le groupe, qu'il le nourrisse de son savoir, qu'il lui évite les conflits que peut provoquer la situation.

Au départ, ils ne comprennent pas très bien pourquoi il n'assume pas vraiment ce rôle ; mais c'est justement en se situant en décalage par rapport aux demandes des participants que l'animateur peut leur permettre de saisir les attentes qu'ils projettent dans l'image qu'ils ont de lui.

Bruno : « Pourquoi demander à l'animateur de proposer une activité ? Pourquoi ne pas le demander au groupe ou en proposer une soi-même ? Comme si l'animateur était celui qui devait décider pour le groupe [...] Ce qui me venait à l'esprit, c'est que si l'animateur était un leader pour le groupe, c'était nous qui le placions là et non une prise de pouvoir de sa part. »

Mais le pouvoir même qui lui est attribué suscite des attitudes de contre-dépendance : les participants sont tentés de s'opposer peu à peu à ce pouvoir, ressenti comme castrateur.

Ariane : « L'animateur intervient pour faire une remarque, après quoi s'ensuit un silence : le maître avait parlé, personne n'avait plus rien à dire ou du moins c'était l'impression que me laissait l'attitude des membres du groupe. »

L'opposition, d'abord passive, s'exprime progressivement plus ouvertement ; en affrontant l'animateur, certains participants prennent conscience des traits qu'ils lui prêtent et contre lesquels ils se rebellent.

Véronique, qui a été perçue pendant plusieurs séances comme briguant une place de leader, en rivalité avec l'animateur, confie au groupe avec beaucoup d'émotion : « *C'est vrai, je me rends compte que je ne supporte pas l'autorité ; mon premier réflexe c'est de prendre les armes et de lutter contre ; je ne peux pas m'empêcher de voir l'animateur comme le pouvoir, alors je n'ai qu'un désir, m'opposer à lui... C'est drôle quand j'y réfléchis, moi-même j'ai envie de prendre le pouvoir. Je sais pas, peut-être que je suis finalement très autoritaire... C'est troublant... J'ai pas arrêté de retourner ça dans ma tête après la dernière séance.* »

#### 7.4.2 Une figure surmoïque

C'est dans cette phase généralement que les participants prennent vraiment conscience de l'image surmoïque qu'ils se sont construite de l'animateur.

Étienne : « *C'est fou, je m'aperçois que jusqu'ici je voyais l'animateur comme un véritable tyran... Le mot semble peut-être fort, mais j'avais vraiment l'impression qu'il m'empêchait complètement de parler, que si je disais quelque chose il allait me tomber dessus... c'est dingue que j'aie pu*

*penser ça, en fait je vois bien qu'il n'est pas du tout comme ça [rires]... En fin de compte, on est libre, je veux dire, ça dépend que de nous, c'est nous qui plaçons des barrières... Ça nous arrange peut-être de penser que c'est de sa faute. »*

Ce rôle de *surmoi* projeté sur l'animateur se révèle très clairement dans la différence de langage et de comportement en sa présence et hors de sa présence ; tous les participants constatent, par exemple, que pendant les pauses les langues se délient, on contrôle moins ce que l'on dit, on parle plus facilement de lui.

Charlotte est frappée par le changement de climat au moment où l'animateur (Marc) sort de la salle : « J'ai eu l'impression d'une salle de classe, plus que d'une séance de dynamique de groupe. En effet, Marc s'absente et j'ai assisté alors à un véritable « chahut » collectif : tout le monde se mettait à parler et à rire. Marc fut alors associé à un prof dont les élèves profitent de l'absence momentanée pour se permettre un certain relâchement, un défolement impossible en sa présence. Cet événement m'a beaucoup surprise ».

Les participants ne projettent pas seulement leur propre *surmoi* sur l'animateur ; ils le constituent aussi en une sorte de *surmoi* groupal, chargé de contenir les expressions pulsionnelles trop fortes, de réguler les conflits, de faire respecter les règles. (Hélène : « Pour moi, l'animateur représente un peu la "conscience du groupe" et sa présence est rassurante même si elle nous inhibe un peu »).

Le *surmoi* commence à s'alléger lorsque les participants ont pu dépasser la dépendance et la contre-dépendance et se détacher de la peur du jugement projetée sur l'animateur.

Valérie constate qu'à partir d'un certain moment « les membres du groupe ne "contrôlaient" plus l'impact de leurs paroles dans le regard de l'animateur (comme cela se passait auparavant). »

### 7.4.3 Spécificité du statut

À ce stade, l'ambivalence est reconnue et acceptée.

Léa s'exprimant sur l'animateur : « Je crois qu'on peut parler de l'ambivalence de son image [...] La toute-puissance (en quelque sorte) qu'on lui accorde est à double tranchant : on est reconnaissant de son aide (amour) et on lui attribue des actions malfaisantes que son pouvoir lui permet (peur, voire haine). Ce pouvoir aurait pour origine son statut et son savoir. Ceci se traduit entre autres par une certaine distance à respecter aussi bien du point de vue physique que sur le plan de la communication (vouvoiement, ton). »

Joue aussi dans ce sens l'image de l'animateur comme « psy », qui est perçu comme quelqu'un qui peut pénétrer notre intimité, « lire dans nos pensées », avoir une emprise sur nous.

Christian : « *Je crois qu'il a toujours, face à l'animateur, l'image du « psy » ou un truc comme ça quoi : [...] moi je crois qu'il y a une crainte, une crainte d'être violé intérieurement ou d'être, heu... On a des choses qui sont intimes, qu'on ne veut pas... On a toujours peur d'être dénaturé, d'être violé par l'autre.* »

Cependant, même si l'animateur s'efforce de ne pas creuser la différence et la distance que suggère son statut, les participants ont beaucoup de peine à le considérer comme « un membre du groupe comme les autres » ; ils ont tendance à penser que c'est sa position, plus que le regard qu'ils posent sur lui, qui en est responsable (bien entendu, les deux interviennent) ; ils sont donc portés à « objectiver » l'image qu'ils se font de lui.

Fernand : « L'animateur ne sera jamais un membre du groupe à part entière mais plutôt un membre entièrement à part ; car [...] bien qu'il fasse tout son possible pour garder une certaine transparence, pour fusionner dans le groupe, il garde toujours un certain recul par rapport au groupe. » De même Claire en évoquant une discussion à laquelle l'animateur participait note : « J'ai pensé qu'il y entrait parce qu'il exprimait simplement ses idées, sans essayer de faire jouer son statut. Il agissait comme un membre du groupe, tout simplement. Ce qui m'a frappé, par contre, c'est que personne ne fut en désaccord avec lui, ce qui a consolidé l'idée que, même lorsqu'il n'essaie pas de se placer comme leader, les autres individus du groupe lui confèrent ce statut. »

On peut penser que cette tendance répond à un besoin profond du groupe, puisque l'image de l'animateur-leader persiste même lorsque les participants sont tout à fait conscients qu'elle ne correspond pas à la réalité : besoin d'une certaine dépendance, sur un mode transférentiel enfant-parent ; besoin d'une incarnation symbolique de l'idéal et des règles groupales ; besoin d'une instance régulatrice ; défense aussi contre ce qui est perçu de menaçant dans son pouvoir et qui entraîne le désir de maintenir une certaine distance à son égard.

Estelle : « Le rôle de l'animateur parmi nous fut une question souvent soulevée pendant toute la dynamique. Pour moi, ce rôle fut, sans conteste, celui de leader ; mais il semble qu'il a tout fait pour ne pas l'être. Il a voulu se cantonner au rôle de celui qui explique les phénomènes en cours de séance mais pas de celui qui mène les débats. Je me rends compte que, personnellement, je lui ai refusé le statut de membre du groupe à part entière : pour moi, il était le professeur animant un groupe de travail, pas d'ambiguïté dans cela. C'est peut-être pour cela, comme on me l'a fait

remarquer, que j'ai toujours refusé de le tutoyer, d'une façon un peu ostentatoire comme dans les dernières séances. »

## 7.5 Représentation d'autrui et conscience de soi

Les liens entre conscience de soi et l'image que l'on se fait d'autrui sont des liens complexes et paradoxaux. En effet, autrui est saisi à la fois comme différent de soi, comme étranger et en même temps comme un *alter ego*, comme quelqu'un qu'on ne peut percevoir qu'à travers le prisme de sa subjectivité, c'est-à-dire en transposant à la représentation qu'on se fait de lui les catégories tirées de son expérience propre.

### 7.5.1 Perception et relation affective

J'ai souligné l'importance des mécanismes projectifs dans la construction de l'image d'autrui ; mais l'on ne peut cependant réduire celle-ci à l'effet de ces mécanismes. Autrui existe aussi comme objet spécifique différent du sujet et perçu dans ses caractéristiques propres ; j'ai même indiqué que dans la perception des autres pouvait jouer une « clairvoyance » plus grande que dans la perception de soi. Il faut préciser aussi que ce n'est pas l'image de lui-même que le sujet projette sur autrui mais plutôt son rapport subjectif à ce dernier : ainsi l'image que nous nous construisons de quelqu'un reflète la relation – le rapport de places et le lien affectif – que nous nouons avec cette personne, à la fois au niveau de l'imaginaire et de la réalité.

Marianne : « L'image que je me suis faite de Danièle a évolué tout au long de l'année ; au départ, elle m'intimidait : son âge, le fait qu'elle paraissait très à l'aise, qu'elle parlait sans difficultés m'impressionnait et en même temps me rassurait et j'ai cherché à me rapprocher d'elle. Mais peu à peu elle a commencé à m'agacer : elle parlait trop, elle voulait toujours s'occuper des autres, elle affichait une gentillesse qui pour moi sonnait faux ; je n'avais plus qu'une envie : la contredire, m'opposer à elle et c'est ce que je faisais à chaque occasion (maintenant je pense qu'elle me rappelait par certains traits ma mère et que c'est aussi cet aspect qui a expliqué l'agressivité que j'ai eue à son égard).

Mais j'ai été très surprise de voir que mon attitude l'affectait, qu'elle pouvait être vulnérable et que j'avais même un certain pouvoir sur elle ; c'est ce qu'elle m'a expliqué après une séance où je l'avais encore attaquée ; elle avait les larmes aux yeux et tout à coup je me suis aperçu que j'avais construit tout un personnage qui lui ressemblait un peu, mais qui ne représentait qu'une partie d'elle-même. C'est comme ça que nous sommes devenues amies ; ça ne veut pas dire qu'il ne nous arrive pas de nous

accrocher, mais maintenant un déclic se fait dans ma tête et je suis capable d'en rire au lieu de me cabrer. »

Mais inversement, l'image que je me fais d'autrui influence ma propre perception de moi-même, car c'est toujours par rapport à lui que je m'évalue et me situe (dans un rapport de symétrie ou de complémentarité) ; c'est à travers son regard que je me vois et selon l'imaginaire que je fixe dans ce regard je vais me sentir admiré ou méprisé, confiant ou craintif, intéressant ou insignifiant, valorisé ou dévalorisé.

### 7.5.2 *Quelques recherches*

Il existe donc une interaction complexe entre l'image que j'ai de moi, celle que j'ai d'autrui et celle qu'autrui a de moi ou que je pense qu'il a de moi. Ce constat tiré de l'expérience groupale rejoint les conclusions de plusieurs recherches d'inspiration plus expérimentale. On peut citer, par exemple, l'étude de H. Rodriguez-Tomé sur la représentation de soi chez les adolescents (1972) : elle met en lumière à la fois l'existence d'une image de soi relativement stable et « la présence dans ce moi de l'autre chez qui il doit se reconnaître semblable à la perception qu'il a de lui-même, quitte à accorder ses propres perceptions avec l'image sociale que les réactions de l'autre lui permettent d'appréhender » (1972, p. 74).

En effet, chaque individu est confronté à une multiplicité de situations et de relations interpersonnelles impliquant des partenaires changeants. Dans ces circonstances variées, il doit rester le même tout en s'ajustant à autrui :

Mais l'autre n'est pas quelconque : il est quelqu'un, porteur au moins d'un label, si vague et général soit-il. De plus l'autre et le moi sont insérés dans un système de statuts et de rôles à l'intérieur duquel l'identification de chacun devient possible et nécessaire. C'est ainsi qu'ayant à se redéfinir devant chaque situation le moi ne peut y réussir qu'en définissant ou redéfinissant du même coup l'identité de l'autre, son partenaire. Il en résulte qu'à tout instant de ce temps interpersonnel le moi ne se réalise pas sans autrui : et la diversité des autres et des situations retombe sur le moi qui est à la fois divers et unique. Il en résulte aussi que les images de soi chez autrui, les images sociales, varieront suivant l'identité du partenaire considéré (1972, p. 75).

Les recherches de J. Maisonneuve sur les affinités interpersonnelles arrivent à des conclusions comparables, tout en mettant l'accent sur l'influence des mouvements affectifs. Elles montrent qu'il y a une interférence étroite entre affects et percepts tant au niveau intra- qu'interpersonnel ; on a affaire à une série complexe de processus en *feed-back*. Ainsi nous avons tendance à conférer des traits positifs aux personnes qui nous sont sympathiques et réciproquement, à ressentir une affinité pour les personnes dont l'image est positive à nos yeux.

Cette tendance se manifeste clairement aussi dans l'expérience groupale :

Isabelle : « Solange ne m'apparaît plus de la même manière. Avant, elle m'ennuyait ; j'avais l'impression qu'elle jouait les filles faussement timides au look se voulant décontracté à la Charlotte Gainsbourg. En étant assise à côté d'elle, je me suis rendu compte de son émotion. Ça m'a rendu le personnage plus véritable et donc plus sympathique ; je me suis aussi reproché mon jugement hâtif. »

J. Maisonneuve dégage une corrélation entre l'attribution de traits favorables, la présomption de réciprocité et la présomption d'attitudes semblables :

Entre moi et autrui s'interposerait le plus souvent soit l'image que je tends à me faire de son attitude en fonction de la mienne à son égard, soit le modèle sur lequel je règle mon attitude selon ce que je crois percevoir de la sienne envers moi (1972, p. 351).

Plusieurs expériences montrent que des sujets perçoivent les personnes qu'ils préfèrent comme plus semblables à eux-mêmes que celles qu'ils rejettent ; ils perçoivent également leurs préférés comme plus semblables à leur moi idéal que ceux qu'ils rejettent ; mais en fait ils ne sont pas plus semblables aux uns qu'aux autres – tant pour la description de leur moi que pour celle de leur moi idéal ; en outre, les sujets tendent à percevoir leurs préférés comme assez semblables entre eux.

Ainsi « l'image prêtée par nous à nos amis est intermédiaire entre celle que nous nous faisons de nous-mêmes et celle qui exprimerait notre "moi idéal". Plus précisément encore, cette oscillation paraît dépendre du degré d'"estime de soi" que nous pouvons posséder : mieux nous nous acceptons nous-mêmes, plus nous tendrons à attribuer à nos amis des traits semblables à notre moi "actuel". Sinon c'est à notre "moi idéal" que nous l'identifions » (*id.*, p. 496).

On peut conclure de ces recherches qu'entre l'image de soi et l'image d'autrui il y a un jeu subtil d'influences réciproques et que cette dernière est un mixte de projections et de clairvoyance. Mais le phénomène de projection semble, au moins dans les premiers temps, l'emporter sur l'empathie.

### 7.5.3 L'empathie

L'image d'autrui pose, en effet, la question de l'acuité et de la clairvoyance perceptive du sujet percevant. Si l'empathie est l'aptitude à se mettre à la place d'autrui, à saisir sa façon de penser, de sentir et d'agir, elle implique la capacité de percevoir l'autre dans sa réalité spécifique, sans que cette perception soit « contaminée » par les projections et les mécanismes de défense du sujet qui perçoit. Cependant, ce ne peut être qu'une sorte d'attitude « idéale » jamais totalement atteinte ; en effet, comme on l'a montré, affect et perception ont tendance à retentir l'un sur l'autre et, surtout dans le champ des relations interpersonnelles, il est impossible d'échapper à la subjectivité.

Il n'y a pas de perception « neutre » et « objective » de l'autre car le regard que je porte sur lui est toujours fonction de ma personnalité, de la situation où je me trouve avec lui et de l'interaction qui nous réunit. Et pourtant, c'est un fait d'expérience qu'un certain degré d'empathie existe et varie d'une personne à l'autre. Mais il y aura toujours un écart infranchissable entre la perception que j'ai de l'autre et la « réalité de l'autre » (cette notion étant d'ailleurs très difficile à cerner). L'image d'autrui (et peut-être l'image propre) se situe donc dans un espace transitionnel entre moi et autrui, n'appartenant ni totalement à l'un, ni totalement à l'autre.

Jean-Pierre. – *La question que je me pose actuellement, eh bien, c'est surtout... enfin je voudrais savoir comment les autres me voient.*

Claudine. – *Pourquoi, ça te préoccupe ?*

Jean-Pierre. – *Oui, bien sûr ça me préoccupe, parce que c'est ça que vous pouvez m'apporter. On a pas mal parlé de comment on voit les autres, mais ça je le sais, je sais à peu près l'image que j'ai d'eux, ça m'appartient. Mais moi, mon image, elle ne m'appartient pas, c'est les autres qui me voient.*

Soulignons enfin l'interaction entre les facteurs perceptuels et les facteurs relationnels : c'est en fonction de l'image que je me fais d'autrui, de l'identité que je lui confère, que je vais nouer avec lui un certain type de relation ; mais cette relation va modifier à son tour la représentation que j'ai de lui. Dans ce processus circulaire et évolutif, interviennent à la fois des mécanismes sociocognitifs (comparaison sociale, catégorisation, attribution...) et des mécanismes intra- et intersubjectifs (projection, identification, idéalisation, mécanismes de défense...).

*Troisième partie*

# LA DYNAMIQUE IDENTITAIRE



Après avoir exploré les intrications entre l'individualité et la groupalité dans la construction identitaire, nous allons en aborder les moteurs dynamiques en nous appuyant toujours sur l'expérience groupale.

Dans les premiers temps de cette expérience, la communication apparaît surtout motivée par les réactions à la situation, les essais pour la structurer, les efforts pour établir des normes communes, pour « constituer un groupe ». À travers ces processus, ce sont les relations profondes entre soi et le groupe, entre l'identité personnelle et l'identité sociale qui se sont révélées. Mais, progressivement, les interactions permettent davantage à chacun de se situer, de définir sa place et de se faire une image plus précise des autres, de leur position et de leurs attitudes.

Béatrice note après six ou sept séances : « Il me semble que le groupe a évolué ; j'arrive mieux à me situer et à situer les autres ; je pense avoir trouvé ma place et qu'il en est de même pour la plupart des participants ; le fait de s'attribuer un rôle, de mieux se connaître rend la situation plus détendue, moins chaotique et permet de nous exprimer et d'entrer en relation plus spontanément. » On constate, à travers ces propos, qu'avoir une place et un rôle, pouvoir en assigner un à autrui sont des facteurs de sécurisation et de régulation : c'est instituer un ordre et des repères qui facilitent les échanges.

Une part importante des communications a ainsi pour objet, implicite ou explicite, de « négocier » entre les participants une définition de la situation, de leurs places et de leurs relations. Car l'identité que chacun cherche à préserver ou à acquérir appelle la reconnaissance d'autrui, dans le double sens d'être reconnu par lui et de le reconnaître dans sa différence.

Marie : « Il semble que, pour moi, établir des relations avec des personnes, communiquer, échanger, soit une manière d'échapper à la solitude, mais surtout une recherche de reconnaissance, le désir de me sentir acceptée par les autres, d'être nécessaire à leur existence, pour valider la mienne. »

Cependant, cette recherche n'est ni simple, ni aisée : les besoins identitaires qu'elle exprime sont en effet multiples et ne sont pas toujours convergents. D'autre part, elle implique un enjeu existentiel important car elle requiert la confirmation d'autrui et suppose donc une demande, même indirecte, et le risque de non-réponse (chap. 8).

Nous verrons ensuite comment l'expression est d'abord une expression de soi, une manifestation de son identité face à autrui. La parole apparaît dans ce sens comme une métaphore du sujet ; elle révèle aussi bien les aspects conscients que les soubassements inconscients de la construction identitaire et les stratégies expressives qu'elle sous-tend (chap. 9).

L'expérience groupale rend sensible, enfin, les mécanismes d'identification, mais aussi la dynamique d'assimilation et de différenciation où se fondent la conscience de soi et les stratégies identitaires (chap. 10).

## 8 LA QUÊTE DE RECONNAISSANCE

---

Nous avons souligné à plusieurs reprises le rapport fondamental qui lie la conscience de soi à la reconnaissance d'autrui. Non pas seulement parce que chacun recherche chez les autres l'approbation et la confirmation de ce qu'il est ou souhaite être ; mais, plus essentiellement, parce que le sujet n'accède à la conscience de son identité que dans un rapport à autrui où il dépend intrinsèquement de l'autre pour sa propre définition.

Fanny : « J'ai pris conscience à quel point j'existe par les autres, c'est-à-dire que ce sont les autres qui me donnent une identité, un intérêt [...] J'attends de l'autre qu'il me dise qui je suis. Si j'avais une image précise de la manière dont les autres peuvent me percevoir, à la limite ça me rassurerait parce que je serais dans une petite boîte... et que je me dirais qu'il suffit que je l'ouvre pour savoir ce qu'il y a dedans. »

### 8.1 Conscience de soi et rapport à autrui

L'autre est à la fois un modèle et un miroir. Un modèle, car – la perspective génétique l'a montré – « l'identification à soi-même dérive de l'identification à autrui et non l'inverse », ainsi que le souligne P. Tap (1988, p. 155). Un miroir, car c'est dans le regard d'autrui que l'on peut saisir un reflet de son identité. Cela peut s'observer jusque dans les comportements les plus courants. Jacques note, par exemple : « J'ai remarqué tout au long de l'année que beaucoup de personnes, en prenant la parole, dirigeaient leur regard vers l'animateur ; je l'ai ressenti comme une recherche de son assentiment, une demande de reconnaissance adressée à une personne ayant un statut valorisé dans le groupe ». Le regard est d'ailleurs la forme la plus élémentaire de la reconnaissance ainsi qu'en témoigne une expression comme « il ne m'a

même pas regardé » ; être regardé est souvent interprété dans la vie courante comme le signe d'un intérêt, un signal positif de tendresse ou d'attirance ; mais ce peut être aussi un signe d'hostilité, de rejet ou de lutte (Picard, 1983, p. 165-170) ; « soutenir le regard de quelqu'un », « le regarder droit dans les yeux », « le fusiller du regard », peut être l'expression d'un rapport de force où chaque protagoniste tend à faire reconnaître sa domination sur l'autre. Ces exemples montrent que la quête de reconnaissance peut se transformer en affrontement et en combat.

On sait que Hegel faisait de cette lutte l'essence même des relations humaines ; chaque sujet a tendance à vouloir annuler la dépendance où il se trouve par rapport à autrui ; dominer ou asservir l'autre lui est une manière d'acquiescer la pleine certitude de lui-même, d'imposer la reconnaissance plutôt que de la quêmander :

Le comportement des deux consciences de soi est donc déterminé de telle sorte qu'elles se prouvent elles-mêmes et l'une à l'autre au moyen de la lutte pour la vie et la mort : elles doivent nécessairement engager cette lutte, car elles doivent élever leur certitude d'être pour soi à la vérité, en l'autre et en elle-même (Hegel, 1944, p. 155).

C'est pourquoi la négation d'autrui (ou du moins sa non-reconnaissance) est très souvent corrélatrice de l'affirmation de soi ; l'acceptation réelle – et pas seulement verbale – de l'autre dans son identité propre et sa différence apparaît comme le résultat d'un trajet et d'un travail difficile sur soi.

François : « Il y a ce cheminement vers la reconnaissance de l'autre (nié car moi-même ne me sentant pas reconnu ?). Reconnaissance forcée et non allant de soi, bien sûr. Nous n'acceptons l'autre qu'à contre-narcissisme. »

### 8.1.1 *Le dépassement de la position égocentrique*

En effet, le regard spontané sur autrui apparaît toujours marqué par l'égo-centrisme (l'autre est conçu comme un *alter ego*, semblable au sujet, ou comme irréductiblement différent, n'ayant avec lui rien en commun) ; c'est parce qu'autrui « résiste » à cette assimilation ou à cette exclusion que le sujet est amené à modifier sa représentation et peut accéder à une certaine réciprocité de perspective (qui lui permet de « se mettre à la place de l'autre », de comprendre ses comportements et attitudes de manière moins projective) ; mais cette démarche ne se fait pas sans conflits, tension et agressivité ; elle implique aussi la confrontation et le dialogue où les interlocuteurs acceptent de partager leurs perceptions, leurs représentations et leurs réactions affectives mutuelles. Elle suppose l'abaissement de leurs défenses, l'ouverture à ce que les autres peuvent leur communiquer et le risque d'une remise en cause.

Nadia : « Une chose m'a frappée : c'est la remise en question totale que fait Claire d'elle-même, après l'intervention de Virginie : je vois ici le rôle de l'autre, son pouvoir sur nous, d'après la puissance que nous lui donnons, d'après la position et le statut que nous lui fixons. »

Ce trajet passe aussi par une certaine reconnaissance de notre dépendance à autrui, dépendance qui, dans une attitude défensive et narcissique, est souvent déniée.

Jacqueline : « Je me disais que l'opinion des autres n'était pas importante pour moi et que je n'avais pas besoin de reconnaissance ; mais j'ai été obligée peu à peu de me rendre compte que c'était faux, que les autres comptaient à mes yeux et que j'avais essayé de me fondre dans le groupe pour ne pas me poser de question. Car cette fusion n'avait pas résolu mon problème d'identité et je vivais toujours mal le fait de ne pas savoir si j'existais vraiment pour les autres. »

Ainsi, s'engager dans une communication avec autrui est, certes, très souvent, l'expression d'une recherche de reconnaissance, mais aussi la condition pour que cette recherche évolue et aboutisse.

### 8.1.2 *Le rapport de places*

La communication présuppose aussi une définition, au moins implicite, de l'identité des interlocuteurs qui va s'actualiser dans la relation. Nouer une relation, c'est en effet instaurer un rapport où le fait d'occuper une certaine place assigne à l'autre une place correspondante. La notion de place désigne ici l'identité situationnelle présente et opérante dans la relation (cf. Marc et Picard, 2000b). Comme le précise F. Flahaut, « chacun accède à son identité à partir et à l'intérieur d'un système de places qui le dépasse ; ce concept implique qu'il n'est pas de parole qui ne soit émise d'une place et convoque l'interlocuteur à une place corrélatrice ; soit que cette parole présuppose seulement que le rapport de place est en vigueur, soit que le locuteur en attende la reconnaissance de sa place propre ou oblige son interlocuteur à s'inscrire dans le rapport » (1978, p. 58). Le rapport de places peut être prédéterminé par les statuts et rôles des interlocuteurs ; mais il l'est aussi, à l'intérieur même de la relation, par la position subjective que chacun adopte (agresseur/victime, dominant/dominé, séducteur/séduit...) ; dans une situation très ouverte comme celle du groupe d'évolution où rôles et statuts sont flous, le rapport subjectif tend à devenir déterminant.

Nadine : « J'ai toujours ressenti que Pierre avait une place particulière dans le groupe, différente de la nôtre ; il m'impressionnait et je me sentais un peu mal à l'aise en face de lui ; peut-être était-ce sa barbe qui lui donnait l'air plus âgé, le vocabulaire qu'il employait, le fait qu'il a été un des premiers à tutoyer l'animateur ; mais j'avais l'impression d'être une petite

filles à côté de lui ; j'ai mal digéré aussi le ton supérieur avec lequel il m'avait reprise tout au début... »

La définition des places peut résulter de l'intériorisation d'un rapport socialement déterminé (professeur/étudiant, homme/femme, adulte/enfant...), d'un accord tacite, d'une négociation implicite ; mais il peut aussi être l'objet d'un conflit, chacun essayant d'imposer à l'autre une certaine définition de la relation.

Au cours d'une discussion animée, Rémi s'adresse à Nathalie : « *Ma pauvre petite, tu en es encore là...* » Nathalie réagit vivement : « *D'abord, je ne suis pas ta petite... Non mais, pour qui tu te prends ? C'est trop ça ! J'en suis encore là... Oui, je ne suis qu'une pauvre débile, bien sûr ! Toi, tu es super intelligent, tu es le plus beau, le plus fort... petit con !* »

Le rapport de places implique une certaine complémentarité dans le sens où « toute "identité" requiert l'existence d'un autre : de quelqu'un d'autre, dans une relation grâce à laquelle s'actualise l'identité de soi » (Laing, 1971, p. 99) ; ainsi l'identité d'homme suppose celle, complémentaire, de femme, l'identité de parent celle d'enfant, l'identité de supérieur celle d'inférieur... Les autres sont donc, là encore, nécessaires pour que puisse s'exprimer l'identité circonstancielle que le sujet souhaite affirmer dans la situation ; cela leur confère un pouvoir important, car si le sujet ne trouve pas cet autre dont il a besoin pour complémentariser son identité, il ne peut accéder à une conscience consistante de lui-même.

René participe à un groupe en qualité de « co-animateur en formation » ; mais il ne rencontre pas la complémentarité qu'il aurait souhaitée : « J'ai eu beaucoup de mal à me situer dans le groupe ; j'ai essayé au départ de jouer un rôle d'animation et de faire profiter les participants de mon expérience antérieure ; mais j'ai eu le sentiment qu'ils n'acceptaient pas que j'occupe cette place, qu'ils rejettent ce que j'aurais pu leur apporter. J'ai voulu alors me situer comme participant, mais là aussi il m'a semblé que les autres ne me considéraient pas sur le même plan qu'eux. Si bien que je n'ai plus su comment me situer. Mon malaise n'a cessé de s'amplifier et, à la fin de la journée, je me sentais inexistant, inutile et totalement frustré. »

Ainsi, dans ces diverses perspectives, la quête de reconnaissance apparaît comme une dimension fondamentale du rapport à autrui et de la communication ; cependant, elle est plus ou moins présente selon la situation, les personnes, les modes de relation. On peut observer, par exemple, que le besoin de reconnaissance est d'autant plus pressant que les individus se sentent en position d'insécurité, d'infériorité, d'exclusion ou de marginalité. Or il existe souvent dans un groupe (surtout lorsqu'il est composé de gens que l'on situe mal et que les statuts et les rôles ne sont pas prédéterminés) une raison au moins de se ressentir dans l'une ou l'autre de ces posi-

tions. Chacun a facilement l'impression d'être différent des autres – d'être « minoritaire » – et d'avoir à se faire accepter.

## 8.2 Les besoins identitaires

La demande de reconnaissance peut revêtir des formes variées, correspondant à des besoins identitaires spécifiques<sup>1</sup>. De fait, ce que l'on peut entendre par conscience de soi, sentiment d'identité, s'exprime dans des registres différenciés que l'on ne peut ramener à une unique motivation. En analysant le discours des participants, se sont dégagées plusieurs dimensions que l'on peut désigner comme besoins d'existence, d'intégration, de valorisation, de contrôle et d'individuation.

### 8.2.1 Le besoin d'existence

Le premier besoin est en effet de se sentir exister aux yeux d'autrui ; c'est l'attente la plus fondamentale qui n'est ressentie, bien sûr, qu'au moment où elle semble faire défaut.

Anne : « La pensée qui me revenait constamment au cours de ces premières séances où je n'arrivais pas à prendre la parole était : est-ce que quelqu'un se soucie de ma présence, et est-ce qu'ils savent que je suis là, que j'existe ? ». Préoccupation comparable chez André qui s'exclame au cours d'une séance : *« J'ai la tête vide, l'impression que rien n'a d'intérêt... Je sais que c'est parce que j'ai le sentiment de ne pas avoir ma place ici, de ne pas exister ou bien de ne pas être accepté. »*

C'est pourquoi un intérêt, même négatif, semble souvent préférable.

Nathalie qui s'est absentée sans prévenir au cours d'un stage et qui est, pour cette raison, agressée à son retour, n'en est finalement pas mécontente : « En quelque sorte, j'étais reconnue par le groupe, même si j'étais critiquée. » Cela vaut mieux que la frustration de Céline, tellement effacée que personne ne retient son prénom et qui s'exclame : *« Ce que je reproche au groupe, c'est son incapacité à me prouver mon existence en son sein ; oui, de la frustration, j'éprouve de la frustration à cause du groupe parce qu'il ne me donne pas les moyens d'être reconnue comme une personne à part entière. »*

1. Besoin ou désir identitaires ? Sans vouloir entrer dans un débat terminologique approfondi, j'ai préféré utiliser le terme de besoin comme plus large que celui de désir qui renvoie plus spécifiquement à ce qui est de l'ordre de la pulsion libidinale d'objet ; alors qu'on peut penser que le besoin de reconnaissance déborde ce cadre, comme l'ont montré, par exemple, les travaux de Winnicott.

On constate d'ailleurs souvent que la première expression de la frustration du besoin d'exister est, comme dans cet exemple, une réaction agressive à l'égard du groupe et des participants, en réponse à l'agression ressentie par l'intéressé dans son sentiment d'identité.

Le besoin de se sentir exister a souvent pour corollaire le besoin de *se sentir en sécurité* dans le groupe. Pour certains, ce sentiment est la condition nécessaire pour se donner le droit de se manifester ou, tout simplement, d'être avec les autres. Bien sûr, la sécurité est ici fondamentalement une sécurité intérieure, même si le danger est perçu comme venant de l'extérieur, des autres, du groupe.

Armelle note : « Si je n'ai pas parlé dans les premières séances, c'est que je ne me sentais pas suffisamment en sécurité. J'étais trop angoissée et j'avais l'impression que si je manifestais mon existence, les autres allaient me casser, m'écraser et que je ne m'en relèverais pas. Maintenant, cette idée me semble absurde car, si je réfléchis, je pense que personne n'a d'animosité particulière à mon égard. Mais cette angoisse vient certainement de mon manque de confiance en moi ; je ne me sens un peu en sécurité qu'avec les gens que je connais bien. »

La forme la plus élémentaire d'existence est d'être « visible » pour les autres ; l'impression de n'accrocher aucun regard, de ne pas être remarqué, d'être « transparent » entraîne l'impression pénible de ne pas être pris en compte.

C'est Louis qui se plaint d'un « sentiment d'exclusion vers la fin de la journée : la circulation des regards, rarement posés sur moi, amplifiait l'idée que peut-être je n'existais pour personne » ; et il ajoute : « Ne pas exister, c'est insupportable, c'est l'expérience de la mort. »

Mais, en même temps, le désir d'une visibilité sociale ne va pas sans susciter des appréhensions (d'être dévisagé, d'être « mis sur la sellette », de s'exhiber) qui suscitent des réactions de défense.

Carine qui a fait un gros effort pour prendre la parole se récrie après coup : « J'aurais mieux fait de me taire ; tous les regards étaient tournés vers moi ; je sentais que je rougissais ; j'aurais voulu rentrer dans mon petit trou ; c'était horrible ! »

Il y a aussi la crainte que les autres s'arrêtent aux premières impressions, vous figent dans une apparence aliénante.

« Il est bien évident que la première image que l'on donne de soi – souligne Anne-Marie – à l'arrivée, au choix du siège, au regard qu'on jette alentour sur ce qui va être notre vie de plusieurs jours, la manière dont on est vêtu, tout revêt une importance capitale, car de cette première approche vont découler des associations et des réponses que nous aurons ensuite beaucoup de mal à changer [...] Moi-même, dans l'attente d'en

savoir un peu plus sur les autres dans le silence inaugural, je me représentais la vie de chacun à travers ce que je percevais d'immédiatement visible. »

Être connu par son nom, ou son prénom, est une autre forme d'existence qui prend une portée symbolique ; les participants réagissent toujours lorsqu'on se trompe sur leur prénom ou lorsqu'on l'a oublié ; on constate d'ailleurs que ceux dont on retient le moins le prénom sont ceux qui sont le plus effacés dans le groupe ; c'est souvent le cas des « silencieux ».

Ainsi, après plus de cinq mois de réunions hebdomadaires, plusieurs participants, chaque fois qu'ils s'adressent à Bénédicte, hésitent encore sur son prénom ; elle finit par protester : *« Je sais que je ne parle pas beaucoup ; mais quand même... On pourrait au moins se souvenir de mon prénom ; j'aurais peut-être l'impression d'exister un peu ! »*

Exister, c'est aussi être écouté, retenir l'attention quand on parle, sentir que sa parole est prise en compte. Les participants expriment fréquemment l'impression pénible qu'ils éprouvent lorsque leurs propos ne sont pas repris, ne trouvent aucun écho, « tombent dans le vide » ; ils ont alors le sentiment que c'est eux que l'on nie.

Sibylle, s'adressant aux autres : *« Excusez-moi, c'est peut-être bête, mais j'ai besoin d'un écho ; j'ai besoin qu'on me renvoie quelque chose sur ce que j'ai dit, même si ce n'est pas forcément agréable ; ou sinon, j'ai l'impression de parler toute seule, de ne pas être prise en compte. »* Monique note qu'elle a eu vraiment le sentiment d'exister dans le groupe lorsque Sylvie a repris et commenté quelque chose qu'elle avait dit : *« J'ai été agréablement surprise quand Sylvie a eu l'air de s'intéresser à ce que je disais. Alors vraiment, quand elle a dit que mon intervention l'avait fait réfléchir, j'ai cru tomber [...] Vraiment, ça m'a fait plaisir. Elle me donne sans le savoir un peu de confiance en moi et j'en ai réellement besoin dans ce genre de situation. »*

La parole apparaît là comme une manifestation de l'identité, et l'écoute comme une forme de reconnaissance.

### 8.2.2 Le besoin d'intégration

La recherche de reconnaissance se traduit aussi par le besoin d'être considéré comme un membre du groupe, de sentir qu'on en fait partie, qu'on y a sa place (Valérie, par exemple, parle du « sentiment d'urgence d'intégration » qu'elle a éprouvé dans le groupe).

Cette exigence d'inclusion semble revêtir deux dimensions ; d'une part le besoin d'appartenance que l'on peut mettre en relation avec l'aspect social de l'identité – le fait que chaque individu tire une partie de son identité de la

participation à des groupes sociaux, participation qui, on l'a déjà souligné, renforce son sentiment d'intégration et de consistance identitaire.

Marguerite, qui a actuellement un travail qui lui plaît mais où elle est isolée, raconte qu'elle a demandé un changement de poste pour appartenir à une équipe : « Or, paradoxalement et objectivement, il est certain qu'actuellement je suis reconnue, explique-t-elle ; mon travail est apprécié et ma demande de changement de poste a beaucoup étonné. C'est comme si je ne pouvais me sentir exister en dehors d'un groupe. »

Il y a aussi le besoin de considération, d'approbation, d'acceptation.

C'est Marguerite qui poursuit : « J'attends qu'on me donne ma place, qu'on m'intègre [...] Je ne peux supporter l'idée de ne pas être désirée. J'associe le fait que l'on ne vienne pas au-devant de moi à un rejet de la part des autres. »

On retrouve là l'idée que la place que l'on vise a besoin d'être confirmée par autrui.

Benoît : « *Pour trouver ma place, j'ai besoin des autres ; je ne peux pas seul dire : ça, c'est ma place, voilà ! Non, c'est aussi la façon dont les autres la perçoivent qui est importante.* »

La place que l'on occupe n'est pas appréciée seulement pour elle-même, mais en relation avec la place des autres ; il y a là un phénomène familier de *comparaison sociale* : chaque position n'a de valeur que comparée à celle des autres.

Cécile se plaint souvent qu'elle n'a pas la place qu'elle souhaiterait dans le groupe ; au cours d'un jeu de rôles mettant en scène un repas familial, elle fait le lien entre ce sentiment et la rivalité qui l'opposait, enfant, à sa sœur : « J'avais l'impression qu'elle prenait beaucoup de place, qu'elle monopolisait la parole, l'attention des parents ; j'étais prostrée, pétrifiée [...] avec l'idée que je n'ai pas la bonne place qui me permettait d'exister pleinement. »

Il est courant dans les groupes qu'un participant ressente que la présence d'un autre l'empêche d'exister.

Ainsi Béatrice trouve qu'Éva accapare trop l'attention, n'arrête pas de parler, occupe trop de place : « Face à elle, je ne voyais pour moi aucune issue autre que celle de me taire, au risque de m'isoler du groupe et de ne pas être reconnue. »

Le besoin d'inclusion peut aller jusqu'au désir de se fondre dans le groupe, de ne faire qu'un avec les autres. La fusion groupale devient alors, comme on l'a déjà signalé, une métaphore de la cohésion identitaire et un processus défensif.

Anne, qui est plutôt mal dans un groupe où elle ne trouve pas sa place et n'a pas le sentiment d'exister, se sent beaucoup mieux après un exercice de contact corporel : « *Je ressentais, dit-elle, depuis quelque temps un besoin de me sentir près des autres, de les toucher, de fusionner avec le restant du groupe.* » Hélène cherche à analyser un tel sentiment lorsqu'elle dit : « *J'ai l'impression que c'est un peu régressif, ce besoin d'unité. Plutôt que de vouloir rester soi, on préfère abandonner une partie de nous pour se retrouver dans un truc commun, un peu la fusion... Le bénéfique qu'on en tire c'est de se sentir tous semblables, de fusionner un peu quoi.* »

Comme le souligne M. Pagès, « le sentiment d'être relié, qui non seulement n'exclut pas, mais implique le sentiment de la séparation, devient, lorsqu'il est dissocié, un besoin de posséder ou d'être possédé, d'incorporation ou d'être incorporé, bref de fusionner, qui implique le postulat d'une identité absolue entre les êtres » (1968, p. 363).

Le désir de fusion n'est donc que l'expression extrême du besoin d'être relié aux autres, besoin fondamental que l'on peut faire dériver, à mon sens, du lien primaire d'attachement<sup>1</sup>.

Sandrine : « J'attends que les autres viennent à moi comme s'il fallait me prouver que j'existe pour eux [...] Je ne sais pas si c'est clair ce que j'écris, mais j'ai l'impression d'être quelqu'un si quelqu'un me dit : "Je te vois." J'ai besoin d'être en relation avec l'autre. »

On peut constater dans cet exemple, comme dans plusieurs autres, que les différents besoins identitaires sont étroitement liés : ici quête de reconnaissance, besoin d'exister, d'être visible, d'être en relation... Le degré d'intégration se marque subjectivement au sentiment de « connaître » les autres, de les identifier et d'être connu d'eux.

Maria : « Je suis arrivée dans le groupe seulement à la deuxième séance et j'ai eu l'impression que les gens se connaissaient déjà, qu'il n'y avait que moi qui ne connaissait personne. J'ai ressenti un profond malaise et c'était une nécessité pour moi de l'exprimer pour faire partie du groupe. »

### 8.2.3 *Le besoin de valorisation*

Dans la quête de reconnaissance, chacun s'attend aussi à se voir accorder une certaine valeur, à ce qu'on lui renvoie une image positive de lui-même.

1. La théorie de l'attachement, élaborée particulièrement par J. Bowlby (*Attachement et perte*, 1978), pose l'hypothèse qu'il existe chez le nourrisson un besoin de proximité et de contact qui se fixe notamment sur la mère (cf. aussi Anzieu *et al.*, 1974).

Colette : « J'avais envie de donner la meilleure image de moi-même. Même dans la façon de m'habiller, il était important que les autres me perçoivent agréablement. »

L'estime de soi est généralement liée à la considération d'autrui. Le besoin de valorisation apparaît comme un besoin narcissique fondamental, support du sentiment d'identité ; à preuve qu'à l'inverse, la dévalorisation, la dépréciation de soi sont étroitement liées au sentiment de fragilité et d'inconsistance identitaire.

Annie : « Cette expérience n'a fait que renforcer mon manque de confiance en moi ; malgré mon espoir initial, je ne suis pas arrivée à surmonter ma timidité, ma peur des autres et à prendre ma place dans le groupe [...] Je me suis quand même sentie blessée par les images qu'on m'a renvoyées et qui montraient que ma présence ne comptait pas beaucoup pour les autres [...] Tout ça fait que maintenant je doute encore plus de moi. »

Le souci de valorisation amène chacun à mettre en avant les aspects de son identité qui lui semblent les plus propres à susciter l'approbation, l'estime ou l'admiration ; au contraire sera dissimulé tout ce qui peut apparaître comme défaut, manque, faiblesse ou stigmat. Ces mouvements font que, dans un premier temps au moins, les attitudes de prestance et de parade (dans le double sens du terme) sont fréquentes : les participants sont tentés de présenter aux autres un « masque » relativement neutre (dans une stratégie de retrait) ou socialement valorisant (dans une stratégie d'affirmation) ; c'est ce qui leur donne une impression d'artificialité souvent dénoncée.

Nicolas : « *Ce qui me semble gêner les échanges entre nous, c'est que chacun veut donner aux autres une bonne image de lui pour se faire accepter ; j'ai quelquefois l'impression que nous nous réfugions derrière un masque de politesse, de tolérance et d'ouverture ; je pense que c'est ce que voulait dire Mathilde lorsqu'elle affirmait que la situation était complètement artificielle. Pourquoi ne pouvons-nous pas (et je pourrais dire je !) nous montrer tels que nous sommes ?* »

Cette question est effectivement pertinente : ces attitudes présupposent la conviction que, si l'on se montrait « tel qu'on est », on ne serait pas accepté et qu'on risquerait la réprobation, la condamnation ou le rejet ; cette présupposition montre donc que c'est la dimension évaluative et normative de la personnalité qui est stimulée par la situation : on peut comprendre en effet que la peur du jugement, de la dévalorisation et de l'exclusion provoquée par le contexte groupal (comme nous l'avons vu dans le chapitre 4) entraîne, en réaction, chez les participants une activation du surmoi et de l'idéal du moi ; ils sont donc amenés à se présenter tels qu'ils se voudraient ou à se comporter « comme il faut » plutôt que « comme ils sont » ; ainsi le « masque » manifeste l'intériorisation des valeurs et des normes sociales ; il apparaît comme une forme de parade, processus défensif face aux craintes suscitées

par la situation qui ne fait que mettre en lumière et grossir des attitudes présentes dans les relations sociales quotidiennes.

On est ici très proche de la notion de « face » qu'E. Goffman (1973 et 1974) a mise au centre de la vie sociale ; l'objectif de la plupart des rites d'interaction est de préserver la face des protagonistes. Chaque sujet s'efforce, comme on l'a déjà vu, d'organiser une « mise en scène » de son moi qui réponde aux attentes présumées du « public » auquel il est confronté ; il s'agit avant tout pour lui de ne pas perdre la face – celle-ci étant définie comme « la valeur sociale positive qu'une personne revendique effectivement à travers la ligne d'action que les autres supposent qu'elle a adoptée au cours d'un contact particulier » (Goffman, 1974, p. 9). Les rituels sociaux – ce que l'on appelle couramment le savoir-vivre – visent à ce que les acteurs coopèrent à cet objectif ; une façon de l'atteindre est de laisser à chacun la maîtrise de ce qu'il souhaite rendre visible et de ce qu'il préfère tenir caché ; c'est pourquoi la réserve a une fonction importante dans les rapports sociaux : elle renvoie à la fois à la zone d'intimité que chacun entend préserver et au tact qu'il convient de garder face à cette attitude (*cf.* aussi Marc et Picard, 1997).

#### ■ *Les stratégies valorisantes*

Dans une situation où il peut actualiser plusieurs facettes de son identité, le sujet va choisir, plus ou moins consciemment, de mettre en avant la stratégie qui lui paraît la plus valorisante ou la plus conforme au contexte tel qu'il le perçoit.

Lors de présentations en début de stage, Solange tient à donner son identité professionnelle de préférence à celle d'étudiante en psychologie ; elle commente : « Je ressens le haut degré d'implication et de sens que je mets dans le fait de ne pas être connue en tant qu'étudiante » ; en effet, dans son milieu familial son statut d'étudiante est mal accepté et dévalorisé ; son entourage trouve que faire des études à plus de trente ans ne « ressemble à rien ».

Le sujet va aussi chercher à dissimuler tout ce qui pourrait donner de lui une image infériorisante ; il a souvent l'impression que les autres vont sûrement percevoir à jour ses défauts, ses insuffisances, ses manques.

Nicole, évoquant le caractère perturbant d'un psychodrame vécu dans un stage, note : « Il dépitte sans cesse des “trous” dans la conscience du sujet [...] trous qui manquent à son identité profonde. »

Cependant, ne pas craindre de laisser paraître ses faiblesses et ses failles peut apparaître, dans un second temps, comme l'expression d'une certaine sécurité intérieure, alors que le réflexe contraire peut se révéler une défense contre un sentiment de fragilité.

Philippe : « Quand Maud a parlé de son angoisse, de sa peur des autres, j'ai eu l'impression de quelqu'un de fragile et qu'il fallait protéger. Mais peu à peu, je me suis dit qu'elle avait plus de courage que moi car elle osait se montrer telle qu'elle était et que c'est peut-être moi qui me protégeais et avais peur de craquer si je laissais transparaître la moindre faiblesse. »

La crainte de la dévalorisation conduit souvent à percevoir les relations interpersonnelles comme des rapports de force où l'on risque d'être mis en situation d'infériorité et de faiblesse.

Odile et Vivianne sont engagées dans une discussion interminable qui tend à lasser tout le monde ; dans l'analyse qui en est faite, après coup, Odile finit par admettre : « *Bien sûr, j'aurais pu être d'accord avec elle mais je ne voulais pas lui donner ce plaisir et passer pour une conne !* »

Ce qui rend complexes les stratégies de valorisation, c'est qu'elles ne doivent pas se présenter explicitement comme telles ; en effet, celui qui cherche trop ouvertement à se mettre en valeur sera taxé de présomption ou de vanité et par là même dévalorisé. La norme de « modestie » est fortement ancrée dans le savoir-vivre ; si bien qu'on fera souvent précéder une appréciation positive sur soi d'une formule de dénégarion (comme l'expression familière « ce n'est pas pour me vanter, mais... »). On observe même que, lorsqu'on propose comme exercice aux participants de dire à tour de rôle quelque chose de positif sur eux, beaucoup se déclarent incapables de le faire ou protestent énergiquement, montrant que cette suggestion crée en eux un conflit assez vif. La valorisation doit rester implicite et venir des autres plus que du sujet lui-même.

Valérie : « Je pense que si chacun d'entre nous cherche à offrir à l'autre une image positive de lui-même, cette recherche n'est jamais exprimée en paroles. Seuls nos comportements et nos attitudes en sont les témoins. »

C'est pourquoi le besoin de valorisation alimente tout spécialement la demande de reconnaissance qui se tourne vers des personnes elles-mêmes valorisées.

Marie : « Je cherche le groupe, je désire en faire partie car j'espère trouver quelque chose de sécurisant dans le fait « d'appartenir à un groupe », d'être reconnue parmi les différents membres, mais aussi (peut-être ou surtout ?) par l'animateur. J'éprouve un fort besoin d'être rassurée donc repérée, considérée, extraite de l'anonymat par l'animateur dans une sorte de relation privilégiée. »

L'animateur, les leaders apparaissent alors comme les garants de l'idéal du moi du sujet. Le groupe, globalement, peut aussi jouer ce rôle.

Félix : « Le groupe, au-delà de l'animateur, m'apparaît comme une référence, un miroir nécessaire quand j'affirme quelque chose. Cette idée même de miroir me montre à quel point je recherche chez l'autre un complément narcissique. »

Le besoin de valorisation s'exprime souvent à travers une attitude de séduction. Cette attitude est beaucoup plus narcissique que sexualisée ; elle est dirigée vers l'ensemble des participants, comme le soulignent les intéressés, même si elle peut aussi viser plus particulièrement certaines personnes. Elle s'exprime davantage à travers les comportements qu'à travers les mots, car elle fait partie des sujets « réservés ». Vouloir être séduisant apparaît comme un moyen d'être plus facilement accepté, approuvé et reconnu. Le besoin de séduction peut comporter aussi une demande d'amour qui, dans ce cas, est moins l'expression d'un désir de nature sexuelle que la traduction d'un besoin de reconnaissance frustré.

C'est ainsi, par exemple, que Thérèse finit par comprendre l'attitude particulièrement séductrice de deux participantes face aux animateurs : « Elles revendiquent le droit à recevoir l'amour qui leur est dû ou qui leur a été refusé. Effectivement, pour pouvoir donner, il faut avoir reçu et, pour se reconnaître, il faut être reconnu. »

#### 8.2.4 *Le besoin de contrôle*

Le sentiment d'identité implique la perception de soi comme individualité autonome, capable de s'autodéterminer, de décider de son comportement, d'exercer une certaine maîtrise sur soi et sur l'environnement. Au contraire, quand un sujet a le sentiment de perdre son autonomie, de ne pas contrôler ses conduites, d'être soumis à des contraintes ou des influences auxquelles il ne peut échapper, il l'éprouve comme une menace pesant sur son identité, comme une forme d'aliénation pouvant aller jusqu'à la dépersonnalisation et l'annihilation<sup>1</sup>.

Dans l'expérience groupale, les participants ressentent comme une atteinte identitaire l'impression qu'ils ont de ne pouvoir maîtriser ce qui se passe en eux ou dans le groupe.

Aurélié : « Ce qui m'a beaucoup troublée au cours de ces séances, c'est d'être envahie par des émotions que je n'arrivais pas à contrôler ; quand je voulais m'exprimer, je sentais mon cœur qui s'accélérait, mon ventre qui se nouait, ma voix qui tremblait, alors qu'au-dehors je pouvais parler cal-

1. C'est ce que montrent clairement des circonstances extrêmes comme l'expérience des camps de concentration (cf. Bettelheim, 1972) ; ou l'internement et la situation asilaire (cf. Goffman, 1968).

mement avec les membres du groupe [...] J'avais l'impression éprouvante de ne plus être moi-même. »

Un autre élément qui peut donner aux participants l'impression d'une perte de contrôle est la multiplicité des images qui leur sont renvoyées ; ces images échappent au sujet car elles correspondent à des points de vue que lui-même ne peut avoir ; d'autre part, elles lui révèlent parfois des aspects de lui-même qu'il préférerait ignorer ; tout cela tend à perturber son besoin de cohérence identitaire.

Paulette : « Dans un groupe, chacun se trouve confronté à une pluralité d'identifications possibles, à une diversité d'images de lui-même, d'identités qui lui sont renvoyées par les autres. L'identité n'est pas une, mais multiple, constituée de facettes qui peuvent apparaître, se manifester ou disparaître suivant les circonstances, les désirs et les attentes du moment. »

Face à ces sentiments, la réaction la plus habituelle est d'essayer de rétablir une certaine maîtrise, au moins au niveau des impressions transmises à autrui : l'individu cherche à masquer ce qu'il ressent comme une faiblesse qui le rend vulnérable et à maintenir une apparence de force et de contrôle

Sylvie : « Ce qui revenait comme un leitmotiv était cette difficulté à être soi-même, ce va-et-vient incontrôlé entre me sentir faible et chercher à le cacher et être, vouloir être et paraître forte. »

Il s'agit de donner le change en présentant une identité de parade (forme de faux self) assurant une fonction protectrice contre une perte éventuelle de contrôle ; cependant cette réaction nuit finalement à un échange authentique et à la reconnaissance de ce que le sujet est vraiment.

Michel : « La difficulté à communiquer vient du fait que l'individu se construit des remparts pour se protéger lui-même et pour se protéger des autres qui lui sont hostiles. L'individu veut avant tout préserver son moi. »

La recherche de pouvoir peut apparaître motivée, en partie, par le besoin de contrôle. Exercer un pouvoir sur autrui et sur la situation est une sorte de substitut au contrôle interne, une façon de s'assurer la maîtrise de l'environnement pour rétablir un sentiment intérieur de sécurité ; manipuler les autres procure une sensation de puissance et masque au sujet sa propre vulnérabilité et fragilité identitaire.

### 8.2.5 *Le besoin d'individuation*

L'individuation est la perception de son individualité comme unique, constante et autonome ; elle correspond à la forme la plus pleine du sentiment d'identité, sentiment qu'a le sujet d'être reconnu dans sa singularité, sa différence et sa spécificité dans une correspondance entre la conscience de soi et

ce que renvoie le regard d'autrui. Car le sentiment d'être autonome, distinct et séparé des autres est, comme on l'a déjà souligné, beaucoup plus lié qu'opposé au sentiment d'être relié aux autres et pris en compte par eux. Comme l'exprimait C. G. Jung, qui faisait de cette notion le stade ultime du développement de la personne (1953, p. 228) : « L'individuation détermine une unification avec soi-même et partant aussi avec l'humanité dont chacun porte en lui une parcelle. »

Au fond, l'individuation c'est se sentir soi-même et éprouver que ce que l'on est peut-être reconnu et accepté. Cependant la situation de groupe est vécue, au moins dans un premier temps, comme ne favorisant pas ce sentiment ; au contraire, les réactions de défense que l'on a décrites (retrait, masque, identification fusionnelle, parade...) montrent que l'individu a souvent la conviction qu'il ne peut se montrer tel qu'il est.

Nicole : « J'étais la plus jeune du groupe et je me sentais complètement différente des autres, de ces mères de famille qui n'arrêtaient pas de parler de leurs problèmes de gosses ; je crois que j'ai renoncé tout de suite à prendre ma place et à l'espoir d'être prise en compte avec mes intérêts et ma personnalité. »

L'impression qui domine est que, pour arriver à l'individuation, il faut entrer en conflit avec le groupe afin d'échapper à sa pression uniformisante et aliénante ; elle entraîne deux types de réaction : soit la soumission et la conformisation par crainte du conflit ; soit la contre-dépendance où l'identité se pose en s'opposant.

Laurent : « *On me reproche d'être toujours « contre » ; mais si je veux être moi-même, il faut bien que je défende mon point de vue ! Je ne peux pas dire : "OK ! Tout le monde il est beau, tout le monde il est gentil" pour vous faire plaisir.* »

Cette opposition se porte notamment sur les leaders ou sur l'animateur en tant que figures d'autorité.

Comme l'analyse bien Catherine, rendant compte d'une séance où, pour la première fois, certains participants osent exprimer des sentiments agressifs à l'égard de l'animateur : « Les silences étaient lourds après ce qui était envoyé au moniteur, car il subsistait une sorte de gêne, de culpabilisation sensible au fait que nous tuions imaginativement le père, et que cette position "parricide" était cependant inévitable pour retrouver notre propre identité fondue dans la moyenne groupale. »

L'opposition est souvent une phase nécessaire pour accéder à l'individuation ; les participants y testent la capacité du groupe à les tolérer. Ils découvrent généralement avec surprise qu'ils sont d'autant mieux acceptés qu'ils se montrent tels qu'ils sont, en renonçant à leurs masques

Jacques : « Si je suis resté longtemps en retrait, c'est par peur du groupe ; ce que j'exprimais sous forme de distance ou de désintérêt n'était que la crainte d'être rejeté. Quand je m'en suis rendu compte et que j'ai pu m'exprimer en m'impliquant, j'ai senti au contraire que j'existais pour les autres et que je faisais partie du groupe. »

Au fond, la peur du rejet est souvent l'obstacle à l'individuation, alors qu'« être soi » est en fait la condition de la reconnaissance des autres.

### 8.2.6 *Hiérarchie des besoins et conflits*

L'ordre dans lequel ont été présentés les besoins identitaires, allant du besoin d'exister jusqu'à l'individuation, n'est pas fortuit. Il correspond tendanciellement à l'ordre dans lequel ces besoins s'expriment et deviennent dominants à différentes phases de l'évolution du groupe. Il semble que s'instaure aussi une hiérarchie entre ces besoins ; c'est seulement lorsqu'un premier besoin trouve une relative satisfaction que le sujet ressent le second et ainsi de suite. Le premier besoin ressenti est celui d'exister en sécurité et c'est après que le sujet éprouve le désir de s'intégrer au groupe, d'avoir sa place, d'être relié aux autres ; c'est lorsqu'il se sent inclus dans le groupe qu'il s'intéresse à l'image qu'on se fait de lui et qu'il cherche à se valoriser, etc. Bien entendu, il ne s'agit pas là d'un parcours linéaire suivi par chacun, mais d'une évolution dynamique dans laquelle les phases se chevauchent et s'imbriquent, souvent davantage dans la tension et le conflit que dans une genèse harmonieuse où chaque stade résulterait simplement et sans problème du précédent. On a vu, par exemple, que le besoin d'intégration qui peut aller jusqu'à la fusion peut entrer en conflit avec la recherche d'individuation ; que la dépendance entraînée par le besoin d'inclusion, de conformisation et d'approbation contrarie l'exigence d'autodétermination et de contrôle ; que la recherche d'authenticité qui caractérise l'individuation apparaît antinomique avec le souci d'une image socialement valorisée, la mise en avant d'un masque social, les réactions de prestance...

Paul qui a une image de « déviant » subit, au cours d'une séance, les critiques et l'agressivité du groupe ; par la suite, il semble faire son « autocritique » pour être mieux accepté. Gérard commente ainsi son comportement : « Dans son attitude, il y a peut-être une volonté d'intégration [...] car il est étonnant, à mon avis, que l'on accepte sans réaction de conservation un jugement négatif de soi : l'accepter apparaît comme une concession à l'autre, une amputation de ce que l'on est. Ici Paul aimerait sûrement être dans le groupe mais pour être lui-même. C'est cela qu'on lui refuserait peut-être s'il n'acceptait pas la critique. »

### 8.3 Confirmation et infirmation

Nous avons vu, à plusieurs reprises, que la confirmation est un élément fondamental dans le processus de reconnaissance. Cette notion a été élaborée parallèlement par le courant systémique et par le courant de la psychologie existentielle. Ainsi Martin Buber note-t-il :

Dans la société humaine, à tous les niveaux, les personnes, à des degrés divers, se confirment objectivement les unes des autres dans leurs qualités et possibilités propres, et une société peut être dite humaine dans la mesure où ses membres se confirment les uns les autres... (cité par Watzlawick *et al.*, 1972, p. 84).

Cela signifie qu'à côté de son aspect instrumental la communication a une fonction existentielle fondamentale : elle permet de trouver chez l'autre un reflet de soi-même, un renfort dans ses points de vue et ses convictions, une compréhension de ses sentiments et de son vécu, une confirmation de la manière dont on s'éprouve ou de l'image que l'on souhaite donner. Confirmer une proposition, une attitude, une expression, c'est reconnaître et accepter de la part de l'interlocuteur les significations qu'elles cherchent à transmettre et la définition de soi qu'elles impliquent (de manière explicite ou implicite) ; en effet, à travers son expression, chaque locuteur émet en quelque sorte un message du type : « Voici comment je me vois et me ressens dans la relation que j'ai avec vous, dans la situation qui est la nôtre » ; cette « définition de soi » sur laquelle l'approche systémique a mis l'accent est un enjeu important de la plupart des communications :

Aussi étonnant qu'il paraisse, si elle n'avait ce pouvoir de confirmer un être dans son identité, la communication humaine n'aurait guère débordé les frontières très limitées des échanges indispensables à la protection et à la survie de l'être humain ; il n'y aurait pas de raison de communiquer pour le seul plaisir de communiquer. L'expérience quotidienne ne laisse cependant aucun doute ; une part considérable de nos communications n'ont pas d'autre but. Il est probable que la gamme infinie des émotions que les êtres ressentent les uns à l'égard des autres, de l'amour à la haine, n'existerait pour ainsi dire pas ; nous vivrions dans un monde voué exclusivement aux tâches utilitaires, un monde sans beauté, sans poésie, sans jeu et sans humour. Il semble bien que, indépendamment du pur et simple échange d'information, l'homme a *besoin* de communiquer avec autrui pour parvenir à la conscience de lui-même (*ibid.*).

Face à la définition de soi qui résulte de l'expression d'un sujet, la réponse de l'interlocuteur peut revêtir toutes les nuances qui vont de la pleine confirmation à l'infirmation. Dans la confirmation, il entérine cette définition ; mais il peut aussi, sans la rejeter, rester sur la réserve ou ne pas s'engager (on pourrait parler alors de non-confirmation). Il peut encore la contester, lui opposer sa propre perception de l'autre ou encore l'infirmier.

### 8.3.1 Rejet, déni, collusion

Il est possible de distinguer, à la suite de R. Laing et de l'« école de Palo Alto », deux formes distinctes d'infirmité. Dans la première, le rejet, l'interlocuteur refuse d'accepter la définition de soi proposée par le sujet. Cependant le rejet, même s'il est pénible et débouche souvent sur le conflit, constitue une forme partielle de reconnaissance puisqu'il implique la prise en compte, dans l'opposition même, de ce que l'autre revendique. Dans la seconde, le déni, cette prise en compte n'existe pas ; le rejet ne porte pas alors sur la vérité ou la fausseté de ce que le sujet tente d'accréditer ; il porte sur l'auteur même de la définition. Si le rejet transmet le message : « Vous n'êtes pas ce que vous prétendez être », le déni équivaut à : « Vous n'existez pas. » R. Laing a souligné combien le déni pouvait avoir un caractère aliénant et pathogène ; comme il le montre, celui-ci ne prend pas nécessairement une forme directe et dramatique ; ainsi, par exemple, « le schème familial classique, tel qu'il se dégage de l'étude des familles de schizophrènes, ne comporte pas seulement un enfant victime de négligence caractérisée ou de traumatismes évidents, mais un enfant qui a été l'objet d'une infirmité subtile mais persistante, généralement sans qu'on s'en doute. Pendant de nombreuses années, l'absence de confirmation authentique revient à confirmer activement un faux soi, si bien que la personne dont le faux soi est confirmé et le vrai soi infirmé est placée dans une situation fautive » (1971, p. 123).

À l'inverse, la confirmation authentique peut apparaître comme un élément essentiel de l'attitude thérapeutique. C. Rogers, notamment, insiste sur cet aspect à travers des notions comme celles d'« attention positive inconditionnelle » ou de « reflet ». Grâce à cette attitude « le client peut, souvent pour la première fois de sa vie, être authentiquement lui-même, se départir de ses mécanismes de défense et de ses surcompensations » (1980, p. 96).

À côté des notions de confirmation et d'infirmité R. Laing (1971) a proposé une autre notion, celle de collusion ; elle désigne une relation où les protagonistes adoptent des attitudes de pseudo-confirmation portant sur des simulacres (de fausses images de soi) que chacun cherche à faire reconnaître comme vrais. Il s'agit le plus souvent d'un « jeu » inconscient par lequel chacun cherche le renfort de l'autre pour « compléter » le faux self défensif qu'il s'efforce de maintenir dans la relation.

Ainsi, Annie se voit souvent renvoyer dans le groupe l'appréciation suivante : « *Tu donnes des éléments intéressants mais tu nous laisses nous débrouiller seuls... Une fois que tu as donné quelque chose, tu disparais* » ; peu à peu, elle prend conscience du « jeu » relationnel qui est le sien et qu'elle analyse de la façon suivante : « Toutes ces attributions ne m'étonnent pas, de plus elles me font plaisir, car que ce soit à mes dépens ou pas, je récolte l'image que je veux donner. En effet j'éprouve un grand

plaisir à jouer le rôle de « dame abnégation », car il me permet de montrer l'image de quelqu'un qui donne, qui est intéressant et qui, en retour, n'a pas besoin de recevoir de monnaie d'échange. Cela est tout à fait illusoire, mais me permet néanmoins de me confiner dans une image idéale de toute puissance, et ainsi de me mettre à l'abri de toute éventuelle frustration. »

### 8.3.2 *Formes et modalités*

La demande de reconnaissance et les réponses qu'elle reçoit peuvent porter sur des aspects différents de l'expression individuelle qui impliquent plus ou moins profondément la personne : opinions, jugements, attitudes, conduites, traits de caractère ou personnalité.

Cependant, l'on constate que, même lorsque la confirmation ou l'infirmité vise des éléments qui peuvent apparaître comme relativement extérieurs et n'engageant pas toute la personne, elles sont souvent ressenties comme une forme d'acceptation ou de rejet ; ainsi en est-il des réactions à des opinions, des valeurs affirmées, des idées émises.

Dans un groupe d'étudiants, Corinne prend la parole pour annoncer la tenue d'un meeting sur les problèmes de l'université ; cette annonce suscite peu de réactions et celles qui se manifestent traduisent plutôt le désintérêt. Corinne se renfrogne alors dans son coin et ne participe plus aux échanges, contrairement à son habitude. Interpellée vers la fin de la séance sur son retrait, elle explique : « *J'ai vraiment pris le manque d'échos à ce que j'ai dit comme une claque ; c'est peut-être idiot mais je me suis sentie complètement rejetée et isolée.* »

Lorsqu'elles portent sur un comportement, un acte, une conduite, la confirmation et l'infirmité peuvent viser à la fois la capacité ou le droit à agir de l'acteur et le contenu de l'acte.

Ainsi Jacques se manifeste souvent dans le groupe par des questions adressées à une personne ou à l'ensemble du groupe ; ce comportement finit par irriter plusieurs participants ; interpellée une fois de plus, Agnès lui répond : « *J'en ai marre de tes questions ! tu pourrais d'ailleurs y répondre toi-même au lieu d'essayer de faire parler les autres. De quel droit tu te permets de jouer les psys, alors que toi tu es bien planqué derrière tes questions.* » On voit qu'ici, au-delà même du contenu des questions, c'est la place que Jacques prend ainsi dans l'interaction et celle qu'il assigne à l'autre qui sont contestées.

Demandes et réponses peuvent revêtir plusieurs formes : elles peuvent être verbales ou non verbales (un regard adressé à une personne précise, un sourire, une mimique, un geste...) ; elles peuvent aussi être comportementales (écouter ou ne pas écouter l'interlocuteur, couper la parole, se lever et sortir à un moment des échanges...).

Elles s'expriment aussi selon plusieurs modalités : directe ou indirecte. Dans la confirmation *directe* la demande est claire et explicite et la réponse aussi.

Bénédicte. – *Je ne sais pas mais à travers ce qu'a dit Françoise, j'ai eu vraiment l'impression qu'elle trouvait que j'avais une attitude séductrice ; ça me préoccupe... vous trouvez vraiment que je suis séductrice ?*

Valérie (riant). – *Oui, oui... moi, je te trouve très séductrice.*

Dans la modalité *indirecte*, la demande ou la réponse ne sont pas formulées explicitement mais résultent implicitement soit des propos, soit des attitudes des interlocuteurs.

Éric exprime au groupe la façon dont il a vécu la séance précédente ; chaque fois qu'il affirme quelque chose, il se tourne légèrement vers l'animateur avec un regard interrogateur, comme s'il recherchait son acquiescement ; l'animateur ne répondant pas à ces regards, Éric ponctue ses jugements de : « *Enfin, c'est ce que je pense, je ne sais pas bien... c'est peut-être du délire... peut-être que je me plante complètement !* »

On peut aussi parler de réponse tangentielle (Laing, 1971, p. 126), lorsqu'au lieu de porter sur ce qui est revendiqué par le sujet, celle-ci ignore l'intention affirmée et souligne un aspect accessoire de ce qu'il a exprimé.

Florence. – *C'est pas parce que je propose quelque chose que je prends un rôle de leader ; je m'en fiche d'être un leader ! Ce que je veux, c'est essayer de faire évoluer les groupes dans un sens qui m'intéresse, qui m'apporte quelque chose, plutôt que d'attendre passivement qu'il se passe quelque chose.*

Pierre. – *Tu crois pas que si tu refuses d'être leader, c'est que tu as un problème avec le pouvoir ?*

### 8.3.3 L'évolution de la communication

Le sentiment de menace qui plane dans les débuts du groupe, la peur d'autrui, l'anxiété, la difficulté à instaurer une communication satisfaisante font que la recherche de reconnaissance a de la peine à rencontrer la confirmation qu'elle vise. Ces facteurs sont accentués par le contexte groupal : le plus souvent les participants ne se connaissant pas, les prises de parole n'ont pas de destinataire précis ; elles s'adressent généralement à l'ensemble du groupe et personne ne se sent particulièrement désigné pour y répondre. Le dialogue est, par ailleurs, difficile à engager car il a lieu devant des tiers. Toutes ces raisons font que la communication a du mal à se développer, ce qui favorise la venue fréquente du silence qui ne fait qu'augmenter l'anxiété et la difficulté à prendre la parole. Ainsi s'installe un climat de tension qui provoque l'agressivité comme effet et comme voie de décharge. Se sentant

menacés et agressés par la situation, les participants y répondent soit par le repli silencieux, soit par une expression agressive ; chacun a tendance à rendre les autres responsables des difficultés du groupe : ceux qui parlent reprochent aux autres leur silence pris pour de la non-coopération ; les silencieux, de leur côté, se défendent en accusant les parlants de tenter de s'imposer au groupe, de chercher seulement à meubler le vide créé par le silence, de leur porter trop ou pas assez d'attention... L'interaction a tendance à s'organiser ainsi autour de la fuite et de l'attaque, mode de fonctionnement dont W. Bion (1965) a souligné qu'il était l'une des structures de base de la dynamique groupale.

Ainsi Robert observe lors de la deuxième séance d'un groupe : « J'ai ressenti fortement le caractère « haché » des propos qui s'échangeaient. Quelqu'un dit quelque chose, émet une idée ou fait une proposition : le plus souvent un autre participant intervient pour dire qu'il n'est pas d'accord ou pour parler de toute autre chose ; il n'y a pas de suite, pas d'écoute, pas d'élaboration de quelque chose de commun. J'ai vraiment l'impression que chacun parle dans le vide, sans aucun écho et que la seule chose qu'on se voit renvoyer est une certaine négativité. »

Plusieurs facteurs peuvent expliquer ces caractéristiques des premières interactions. Le climat de tension et d'anxiété fait que beaucoup sont sur une position défensive dans laquelle ils perçoivent certaines interventions comme des attaques, des menaces ou des contraintes et y répondent sur le même mode.

Jacques : « *J'ai horreur du silence alors je me jette à l'eau... Peut-être que si chacun se présentait, ça faciliterait les choses.* »

Aussitôt Carine intervient : « *Je n'ai aucune envie de me présenter... Qu'est-ce que tu veux que je te dise ? Je pense que si tu veux qu'on se présente c'est parce que tu ne supports pas le silence.* »

D'autre part, il y a à ce stade une difficulté à accepter que l'autre puisse avoir des attentes, des perceptions, des sentiments différents des siens ; il est vite soupçonné de mauvaise foi, de provocation ou d'anormalité. Deux mécanismes, qui se renforcent mutuellement, accentuent ce phénomène : la projection qui amène à généraliser son propre vécu ou à attribuer à l'autre des intentions, des caractéristiques dont on se défend ou que l'on rejette ; l'interprétation qui conduit chacun à donner aux comportements d'autrui une signification issue de son propre cadre de référence, de ses attitudes profondes et notamment de ses mouvements transférentiels. Comme le souligne M. Lobrot (1974, p. 232), les deux mécanismes sont étroitement liés :

La traduction la plus fréquente de l'attitude projective est l'interprétation. Elle consiste, à partir des paroles et comportements d'autrui les plus visibles, à se livrer à tout un travail de reconstitution et d'explication, dans lequel autrui généralement ne se reconnaît pas. Quand il refuse l'interprétation, on lui dit que

de toute façon il n'en a pas conscience, car les processus qu'on met en lumière sont chez lui inconscients, ce qui est la meilleure façon d'avoir barre sur lui et de le supprimer comme sujet autonome et responsable.

Un autre élément qui intervient encore est le fait que la demande de reconnaissance est le plus souvent indirecte et qu'elle n'est pas forcément perçue par celui auquel elle s'adresse.

Thérèse rend compte de ses impressions sur la précédente séance. Sophie l'interrompt pour lui poser une question à laquelle elle a le sentiment que Thérèse ne répond pas. Analysant par la suite ce sentiment, elle note : « Elle ne répond pas en fait à mon désir, imperceptible, sous-jacent et totalement inavoué ; celui qu'elle m'exprime son acceptation, son affection en retour. Ce n'est pourtant pas une évidence d'accepter d'être interrompue dans son compte rendu oral, de l'approuver, d'approuver le questionneur et de le lui montrer. Cela est d'autant moins évident que moi, je ne lui communique aucune affection. Ma question est concise et ma demande affective n'apparaît pas du tout. »

Il résulte de tous ces facteurs que, dans les premiers temps de la communication, l'information l'emporte sur la confirmation, ce qui entraîne un sentiment de frustration et d'insatisfaction.

André. – *Moi, je vois dans le groupe deux sortes de gens : les actifs et les passifs ; ceux qui veulent faire quelque chose et ceux qui attendent que ça se passe.*

Nathalie. – *Et toi tu te classes où ?*

André. – *Ben, parmi les actifs bien sûr !*

Nathalie. – *C'est pas parce que tu as une grande gueule que tu es actif. Et puis ton truc de coller des étiquettes, ça passe pas ! Qu'est-ce que ça veut dire ? moi je trouve ça bloquant, j'ai pas envie d'avoir une étiquette ! Ça fige les gens.*

Béatrice (à Nathalie). – *Tu crois pas que t'es bloquante aussi ? Il n'a pas collé des étiquettes... C'est vrai qu'il y a des gens qui veulent faire quelque chose et d'autres qui sont passifs ; d'ailleurs si tu as réagi c'est peut-être que tu t'es sentie visée !*

Nathalie. – *Je ne me considère pas comme passive [...].*

On voit dans cet exemple que chaque intervenant conteste la définition de soi ou d'autrui, que l'interlocuteur précédent cherche à donner.

On peut constater cependant que ce type de communication tend à évoluer spontanément. D'abord, parce que l'insatisfaction qui en découle induit en elle-même un changement d'attitude : meilleure écoute, prise en compte du point de vue d'autrui, prise de conscience des mécanismes projectifs et inter-

préatifs. Ensuite parce que la situation étant peu à peu apprivoisée, l'anxiété tend à diminuer ; mais le facteur de changement le plus important tient à la métacommunication qui favorise une meilleure compréhension mutuelle, une explication des conflits et des malentendus, une expression plus directe des demandes de reconnaissance. Le fait que l'expression devienne plus explicite et plus transparente, qu'elle soit reçue de manière empathique et moins déformée, que les interlocuteurs puissent s'exprimer sur leurs différences de point de vue renforce peu à peu les réponses confirmatives ; cette évolution permet un développement et un approfondissement de la communication qui autorisent une manifestation plus authentique de soi ; cependant, si elle se constate assez généralement dans les groupes d'inspiration non directive, il ne faudrait pas penser qu'il s'agit là d'un processus linéaire exempt de tensions, de conflits, de heurts ; mais les participants apprennent aussi à mieux supporter ces difficultés et à les accepter comme une condition d'une communication authentique.

C. Rogers avait déjà souligné ces réactions et cette évolution dans les groupes qu'il animait ; il en apporte plusieurs témoignages :

La chose incroyable qui s'est produite et reproduite devant nous, déclare par exemple un participant, c'est lorsqu'un sentiment négatif était complètement exprimé à l'égard de quelqu'un, la relation prenait aussitôt consistance et le sentiment négatif se trouvait finalement remplacé par une profonde acceptation. Un véritable changement se produisait, semble-t-il, lorsque des sentiments étaient éprouvés et exprimés dans le contexte de la relation (Rogers, 1980, p. 34).

Un autre résume son expérience en ces termes :

Je parlerais d'une confirmation, une espèce de confirmation de moi-même, du caractère unique de chaque être humain et de ses qualités universelles : lorsque nous pouvons être humains ensemble, quelque chose de positif peut en résulter (*ibid.*).

La quête de reconnaissance, la satisfaction des besoins qui concourent à l'affermissement du sentiment d'identité, la recherche d'une confirmation de soi à travers la communication apparaissent ainsi comme les moteurs fondamentaux de la dynamique groupale.



## 9 L'EXPRESSION DE SOI

---

L'expression et la communication en situation de dynamique de groupe revêtent des caractéristiques spécifiques. L'absence de but, de tâche ou d'intérêt extérieurs au groupe fait qu'au départ aucun thème de discussion ne se propose, autre que la situation elle-même. Aussi la communication tend-elle à se centrer moins sur la transmission d'informations, sur l'élaboration d'un thème ou sur une parole narrative, que sur l'expression de soi et la dimension relationnelle des échanges. Mais elle se heurte là à un paradoxe : l'expression de soi et de ses sentiments à l'égard d'autrui est ressentie comme relevant d'un discours intimiste alors que la situation, en raison du nombre des participants et du faible degré d'interconnaissance, se présente comme une situation sociale ; comment tenir alors une parole personnelle et intime dans un contexte public où la multiplicité des auditeurs semble exclure la connivence, la confiance et la confidence réservées habituellement aux relations interpersonnelles ? Un autre paradoxe réside dans l'artificialité de la situation qui contraste avec la règle de libre expression appelant une parole spontanée et authentique.

Ce sont pourtant ces paradoxes, jamais totalement dépassés, qui font la valeur formative et mutative de cette expérience. Car ils conduisent à mettre en question la fonction et le poids de la parole et du silence, la nature de la communication, l'implication du sujet dans son discours, le rôle de l'expression et de l'échange dans la constitution de son identité ; ils réactivent les conflits qui sont plus ou moins au cœur de toute parole : entre l'expression de soi et la censure, entre le dévoilement et le masquage, entre la recherche de reconnaissance et la peur d'autrui, entre le rapprochement et la mise à distance.

Yolande : « Depuis ma première expérience de dynamique de groupe, le thème de la prise de parole est devenu pour moi primordial : qu'est-ce que

celle-ci représente ? Où je me situe dans cette prise de parole ? Dans quel but ? Qu'est-ce que j'en fais ? Quel est son rôle dans la position que j'occupe dans le groupe ? Qu'est-ce que j'essaie de faire passer ? Quels sont les conflits intérieurs qui me poussent à agir (en parlant), sans pouvoir toujours contrôler et comprendre ce que je veux obtenir ? »

La problématique identitaire est fortement sollicitée par ces conflits qui touchent aux rapports de l'intérieur et de l'extérieur, du soi intime et du soi social, du même et de l'autre, de la similitude et de la différence.

## 9.1 L'expression comme affirmation de soi

Parler de soi devant un groupe apparaît à beaucoup de personnes comme quelque chose de difficile, mettant en jeu fondamentalement toute la dynamique des désirs, des angoisses et des défenses caractéristiques de chaque sujet dans sa relation à autrui.

« Parler de soi », c'est d'abord se prendre comme objet de son propre discours, se mettre en scène dans son dire, construire et proposer à autrui une certaine image de soi, prendre le risque qu'elle soit reconnue ou ignorée, confirmée ou infirmée.

Laurent : « Dans un premier temps, la communication a traversé une longue phase de reconnaissance de chacun et de positionnement individuel dans le groupe, qui ne pouvait se faire qu'à travers la parole : en s'exprimant, on donne sa position, on dit ce qu'on est, ce qu'on veut et ce qu'on pense ; on établit ainsi une certaine image de soi dans le groupe et inévitablement un statut, même si celui-ci n'est pas toujours égal à celui qu'on attend. »

L'expression, par touches successives faites d'opinions, d'attitudes, de prises de positions, de sentiments et d'émotions, dessine peu à peu le portrait que chacun est amené à donner de soi.

Annie : « Les mots sont là pour signifier, telles des images que nous renvoyons aux autres, ce que nous sommes. »

C'est aussi un moyen de manifester son existence, d'être présent, d'occuper une certaine place. Ceci est perçu très immédiatement par les participants ; les premiers à occuper l'espace de parole sont ressentis comme des leaders potentiels.

André : « Dans les premières séances où j'avais peur de prendre la parole, l'aisance et la facilité de parole de Sylvie me rassuraient et m'agaçaient en même temps ; on savait qu'on pouvait compter sur elle pour dire quelque chose, mettre un peu d'animation ; mais je me demande si je ne jalousais

pas l'ascendant qu'elle avait ainsi sur le groupe ; j'avais un peu l'impression qu'elle était en partie responsable de mon effacement. »

Alors même qu'on ne se bouscule pas pour parler, l'expression est perçue dans les premiers temps comme une sorte de jeu à somme nulle où la parole des uns est comme enlevée aux autres. On reproche alors aux « bavards » de prendre trop de place, de s'affirmer aux dépens des autres ou de chercher à se rassurer sur leur propre existence.

Jean-Louis : « Sophie s'exprimait d'une voix forte et j'avais l'impression qu'elle parlait pour faire du volume et que ce volume sonore la rassurait sur sa place dans le groupe. »

Corinne : « Valérie parle depuis quelques minutes et cette occupation débordant du temps de parole se traduit aussi par une occupation envahissante de l'espace. Moi qui suis assise à côté d'elle, je trouve mon territoire singulièrement rétréci ! »

Ce phénomène est amplifié par un autre mécanisme. On constate souvent que lorsqu'une personne commence à parler dans un groupe, elle craint, si elle s'arrête, que cela ne crée un certain vide et que personne ne « prenne le relais » ; cette anxiété peut l'entraîner à poursuivre, même si elle a le sentiment qu'elle parle trop longuement et qu'elle focalise sur elle l'attention du groupe, ce qui peut devenir pesant et pénible.

Françoise parle depuis un certain temps ; à plusieurs reprises elle s'arrête mais le silence s'installe, elle reprend assez vite la parole ; bientôt son malaise devient perceptible ; elle s'adresse aux autres en disant : « Je vous endors ou quoi ? » Anne commente : « Peut-être que la responsabilité de la parole que le groupe lui accorde la dérange et qu'elle désire la fuir. »

Ainsi l'expression est ressentie à la fois comme une affirmation de soi et comme une prise de risque.

Bénédicte : « *Une première prise de parole provoque la peur car cela fait converger les regards des autres sur soi et potentialise un danger : danger d'être jugé, ignoré, refusé par le groupe.* »

En même temps, l'affirmation de soi peut être vécue, dans l'imaginaire, comme un acte agressif, ce qui entraîne suivant les cas son inhibition ou au contraire une expression agressive.

Thierry : « La parole, au début, je l'utilisais un peu comme une arme pour attaquer les autres ; l'agressivité était toujours latente chez moi et je m'exprimais d'ailleurs beaucoup plus facilement quand j'étais agressif. »

L'expression est aussi un moyen de s'intégrer dans le groupe, de tisser un lien avec les autres participants ; la communication est vécue comme instaurant et manifestant la communauté groupale, alors que son défaut est ressenti

comme échec de l'intégration, morcellement, renvoi de chacun à son isolement.

Sylvie : « *Si je parle, je sens que je fais partie du groupe, que je ne suis pas toute seule dans mon coin ; c'est pour ça que j'ai envie que tout le monde parle, je pense... oui, c'est agréable ; j'aime bien constater que tout le monde participe verbalement, j'ai l'impression qu'on forme vraiment un groupe.* »

À l'inverse, le silence est vécu souvent comme une sorte de refus : refus de se rendre présent, pour les silencieux, de s'intégrer, de se lier à autrui, refus des autres.

Valérie : « *Quand Muriel dit qu'elle ne veut pas parler ici, dans le groupe, ça me peine un peu ; ça veut dire que nous ne sommes rien pour elle, qu'elle ne nous considère même pas.* »

### 9.1.1 *Le conflit des désirs et des défenses*

« Parler de soi » signifie aussi s'exprimer à partir de soi, de ce que l'on est ; faire que sa parole soit le reflet et l'expression de son moi, de ce qu'on ressent, de ce que l'on veut et de ce que l'on pense. C'est le contraire de « parler pour ne rien dire ». C'est donc affirmer son individualité et sa singularité, et par là se différencier des autres. Mais ce mouvement, en même temps qu'il répond à un besoin identitaire profond, suscite des peurs et des défenses : peur du jugement, de la dévalorisation ou du rejet ; défense contre le soupçon de vanité ou de narcissisme.

Sandrine, qui est contente d'avoir exprimé ce qu'elle ressentait et d'avoir suscité l'attention et l'intérêt du groupe, s'inquiète en même temps de cet effet : « À cet instant, note-t-elle, une angoisse m'a prise ; j'avais envie de reprendre la conversation mais je ne savais pas comment. En fait, j'avais l'impression que « parler » manifestait l'égoïsme de celui qui voulait prendre la parole : “Moi, je...” »

Ce conflit entre le désir d'expression et les défenses qu'il suscite se traduit souvent par le sentiment de ne pas arriver à exprimer ce qu'on voulait faire passer, la peur de ne pas être compris.

Claude remarque que Frédérique ponctue souvent ses phrases de « C'est pas clair, ce que je dis » ; il commente : « J'ai constaté que souvent elle était inquiète par rapport à la compréhension de ce qu'elle disait, comme une peur que le message ne passe pas. Cette angoisse est sûrement due à la peur de ne pas être comprise ou d'être mal comprise. Elle a demandé aussi : “Y a-t-il des gens que ça ennuie cette conversation ?” : je trouve qu'elle ne devrait pas s'inquiéter tant ; si ça lui fait plaisir de parler qu'elle le fasse ; elle est libre ; si ça ennuie le groupe ou quelqu'un, qu'il le dise. »

Le conflit entre le mouvement vers l'expression et les peurs et les défenses qui conduisent à l'inhiber ou la censurer est donc coextensif à l'affirmation de soi, de son identité et aux appréhensions, réactions et angoisses que cette affirmation suscite chez le sujet. La situation groupale amplifie et met donc en évidence ce conflit, dans une sorte de dramatisation.

François : « On dramatise toujours une déclaration devant un groupe comme si ce que l'on disait risquait de modifier les choses. En fait le seul risque est de modifier le regard des autres sur nous. Comment l'assumer ? Comment ne pas le supposer forcément négatif ? Pourquoi surestimons-nous nos propos quant à leurs effets ? »

L'enjeu qui est le ressort de cette dramatisation de l'expression est, pour certains, suffisamment fort subjectivement pour les réduire au silence. Le sentiment d'une identité fragile et vulnérable leur fait préférer l'anonymat du retrait ; l'affirmation de soi leur est difficile, le regard et l'écoute de l'autre éprouvants car ils peuvent leur apparaître comme une sorte de captation, ou d'évaluation, ou d'objectivation angoissante.

Catherine : « *Disons en fait... il y a l'angoisse de parler et l'angoisse d'être écoutée... Concrètement, parfois on parle aisément et subitement, je sais en tout cas que ça m'arrive, j'ai une telle conscience d'être écoutée que là je bloque, alors que j'avais commencé à parler plus aisément... C'est l'image qu'on vous renvoie de soi-même qui fait peur.* »

Pourtant le retrait, s'il peut à un moment susciter la curiosité ou l'irritation, finit par renvoyer le silencieux à l'inexistence.

Mathilde : « Il y a toujours des gens qui me sont indifférents, transparents, des gens qui ne s'expriment pas, qui n'existent pas. Qu'ils soient présents ou non ne change rien à rien. »

La perception de cette absence de reflet dans le regard d'autrui ne fait que renforcer le silencieux dans le sentiment d'incapacité à trouver sa place.

Valérie : « Tout au long de ces séances, je me suis sentie un peu en dehors du groupe, du fait de ma faible participation orale ; ou du moins, je pense que c'est l'image que le groupe a de moi. C'est d'ailleurs l'image qui m'a été renvoyée ; par exemple, lorsque Alain a fait un tour de table pour dire les prénoms de chaque personne, vers le milieu des séances, il ne connaissait pas le mien. »

Florence : « Avec le recul, j'ai l'impression que c'est en me taisant que j'ai gagné le statut d'objet ; les autres peuvent me faire dire ce qu'ils veulent. »

Le silencieux reste ainsi enfermé dans un double rapport imaginaire : écran projectif pour les autres, il ne peut qu'imaginer l'image qu'il donne à voir.

Gérard : « C'est ce sentiment d'isolement qui a, jusqu'à présent, dominé dans mes sentiments à l'égard du groupe. Il me semble être dû à une continue introspection pendant le déroulement des séances. De ce fait, j'ai une attitude d'intériorisation qui consiste à ramener à moi ce que je pense que les autres ressentent plutôt que de communiquer, d'exprimer mon individualité [...] Mais je ne réussis toujours pas à cerner mon identité dans le groupe jusqu'à venir à douter d'en avoir une. »

### 9.1.2 L'expression corporelle

Jusqu'ici, l'accent a été mis dans l'expression surtout sur l'expression verbale. Cela ne signifie pas que la posture, la gestualité, les mimiques ne participent pas à l'expression de soi. On sait que chacun a une façon de se présenter, de se tenir, de donner à son corps et à son visage des attitudes qui « parlent » et projettent une certaine image de son individualité<sup>1</sup>. Cependant cette forme d'expression non verbale n'a pas le même statut que la parole quant à l'affirmation de soi.

Un exemple peut faire percevoir cette différence : Jacqueline, bien que plutôt silencieuse, est très attentive à ce qui se passe ; constamment elle y réagit par le regard, une mimique particulièrement expressive (sourires, grimaces, moues...) ou des gestes exprimant l'approbation ou le désaccord, l'engagement ou le repli ; mais lorsqu'on l'interpelle sur la signification de ces messages corporels, elle répond souvent par des faux-fuyants ; elle peut s'exprimer non verbalement mais refuse généralement d'assumer cette expression par la parole ; confrontée à cette attitude, elle finira par dire : « *La parole, c'est trop net, c'est trop précis, ça engage trop... bien sûr on peut lire ce que je pense sur mon visage mais on peut aussi se tromper ; il y a toujours une ambiguïté, une incertitude ; j'ai peur, si je parle, d'être trop catégorique, trop entière... Ça ne passe pas toujours très bien.* »

L'expression corporelle est le plus souvent non intentionnelle, voire inconsciente, alors que la parole résulte plutôt d'une décision volontaire.

## 9.2 La parole comme métaphore du sujet

S'il y a une dramatisation de la prise de parole en groupe, si elle peut comporter un enjeu subjectif important, c'est que la parole constitue une sorte de métaphore du sujet. Il y a un rapport d'identification du locuteur à sa parole qui apparaît comme le représentant ou le prolongement de son identité.

1. Cf. notamment Picard, 1983.

Stéphane : « Chaque fois que je prends la parole dans le groupe – surtout dans les premiers temps d'ailleurs, car maintenant ça va mieux – je ressens une certaine anxiété (mon cœur qui s'accélère, une sorte de creux à l'estomac...) ; je prends conscience que ce qui me fait peur, c'est à la fois la manière de m'exprimer – est-ce que je vais bien traduire ce que je veux faire passer ? – et l'accueil que va recevoir ma parole ; à travers elle, c'est une image de moi que je vais donner et c'est moi qui vais me sentir plus ou moins reçu et jugé. »

Cela éclaire le besoin de maîtrise que beaucoup de participants éprouvent quant à leur expression ; la maîtrise de ce que l'on va dire renvoie ici à la maîtrise de soi, de l'image qu'on va donner à autrui et reflète l'identification qui s'établit entre le locuteur et sa parole.

Éric : « Florence exprimait très bien ce besoin de maîtriser son discours avant d'intervenir. Cette intellectualisation est pour moi un mécanisme de défense qui consiste à structurer et maîtriser son discours pour qu'il soit le plus pertinent possible, le moins faillible, le moins sujet à controverse. »

Ce besoin de contrôle constitue un obstacle à la communication, car il freine la spontanéité et tend à renfermer le sujet sur le souci exclusif de ce qu'il va dire, au lieu de l'engager dans un échange ouvert et imprévu avec autrui<sup>1</sup>. Il traduit le souci défensif d'une identité autarcique et contrôlée se rendant invulnérable à l'autre.

Fanny : « Le besoin de maîtriser la parole, de chercher un sens, de savoir où je vais, me clôt dans un environnement autarcique, où j'essaie de minimiser l'écho des autres, par l'intermédiaire d'une parole assez vague et générale pour que personne ne s'y retrouve personnellement atteint. Or, éviter l'écho, c'est éviter la résonance [...]. Ce renfermement dans sa petite coquille, je le ressens aussi dans le groupe. Il semble que l'attente, la passivité, la déception prennent le pas, comme si on ne pouvait plus rien en attendre. Et pourtant, il y a un lien fort entre la revendication de notre identité et nos attentes. Tant que l'on n'ose pas se confronter, en s'investissant dans sa demande auprès des autres, les frustrations en sont beaucoup moins fortes ou, tout au moins, elles peuvent être encore apprivoisées, comme un bon voisinage. »

L'identification du sujet à sa parole éclaire aussi ses réactions à l'accueil qu'elle reçoit. Bien souvent, il perçoit la réponse à l'émission d'une opinion, d'une proposition ou d'un point de vue personnel comme le visant lui, dans son identité.

1. Il peut se rencontrer aussi chez l'animateur qui, dans un style d'intervention qui se veut psychanalytique, ne livre au groupe qu'une parole « oraculaire », soigneusement préparée et contrôlée. Une telle attitude s'ancre dans un mécanisme de type obsessionnel sous-tendu par un fantasme de toute-puissance.

Ainsi Josiane vient de parler d'un problème qui la touche de très près ; Paul y réagit de façon agressive ; elle note : « Je me sens profondément blessée par sa réaction bien que sa réponse soit adressée à mes paroles et non à moi-même ou à mon histoire personnelle. Cependant ma parole est comme un prolongement de moi-même dans la mesure où elle fait référence à un événement très important et assez douloureux de ma vie. »

De même, dans une discussion, la manifestation d'une opposition ou d'un désaccord est souvent ressentie, par celui qui en fait l'objet, comme un rejet ou une critique de sa personne.

Philippe propose au groupe une activité qui suscite des oppositions et n'est finalement pas retenue ; il a alors un air déçu et contrarié et s'enferme dans le silence ; au bout d'un certain temps, Solange lui dit : *« Tu fais la gueule ou quoi... c'est parce qu'on n'a pas voulu faire ton jeu ? »*

Philippe. – *Non, pas vraiment, enfin... j'ai peut-être mal pris vos critiques. Je me suis senti rejeté comme si on avait voulu me mettre à la porte. »*

Le fait que la parole du sujet puisse être analysée, interprétée, que l'interlocuteur puisse donner un autre sens que celui qu'il voulait faire passer, est vécu souvent comme une atteinte à son identité.

Laurence réagit assez mal à une intervention d'Anne qui donnait sa compréhension d'une phrase qu'elle avait dite ; elle s'explique : *« Bon, si je me suis un peu énervée, c'est que j'en ai marre qu'on analyse mes propos, parce que... enfin, je crois qu'il y a une nécessité de garder ici une certaine intégrité et quand ce que je dis est interprété, j'ai l'impression que c'est un peu comme si on voulait me décortiquer et que je risque de ne pas garder cette intégrité. »*

L'écoute et les réactions d'autrui à la parole du sujet sont donc importantes car ce sont elles qui font qu'il se sent reconnu ou ignoré, approuvé ou rejeté. C'est pourquoi la recherche de reconnaissance et la confirmation ou l'infirmité qu'elle entraîne sont un enjeu fondamental de la communication.

Nous avons déjà souligné, en abordant ces notions (au chapitre précédent), que les formes les plus pernicieuses d'infirmité sont l'ignorance et le déni ; lorsque sa parole ne suscite aucun écho, lorsqu'elle est méconnue, qu'elle « tombe à plat » ou dans le vide, le locuteur a souvent le sentiment que c'est son existence même qui est ignorée ou niée.

Jacques : « Quand il y a rien, pas de réponse, pas d'écho, c'est un rejet total... Tu n'as aucune prise, l'autre t'échappe totalement ; c'est une violence subtile, c'est pire que le conflit. »

Ou alors c'est l'identité qu'il ressent comme sienne (et les sentiments et les émotions qui lui sont liés) qui sont niés ou déformés.

Comme dans ce dialogue :

Martine. – *Si j'ai réagi aussi vivement tout à l'heure, c'est que j'ai eu vraiment l'impression que tu me prenais pour une idiote.*

Josiane. – *Tu essayais de jouer les "psy" à mon égard ; j'ai pas tellement apprécié !*

Martine. – *Pas du tout ! J'avais été émue par ce que tu avais dit, j'avais envie de t'aider.*

Josiane. – *Te fatigue pas ! Ça va très bien, merci.*

Il y a rejet quand c'est la définition que le sujet cherche à donner de lui à travers ses propos qui est l'objet d'attaques ou contestée.

Ainsi Florence s'oppose, dans une discussion, à Jacqueline, beaucoup plus âgée qu'elle, qui essaie de la convaincre depuis plusieurs minutes ; elle finit par s'emporter : « *Tu voudrais que je te dise oui, et moi je ne veux pas le dire ; tu me fatigues avec ton air supérieur et tes conseils ! Tu n'es pas ma mère et je ne suis pas ta fille.* »

Au contraire, lorsqu'il y a écoute et compréhension de la part de l'interlocuteur, le sujet se sent reconnu et renforcé dans son identité.

Agnès. – *Il y a quelque chose qui m'a beaucoup touchée dans ce que tu as dit, Christine ; tu as dit : « Même si j'ai l'air de ne pas dire grand-chose, c'est quand même moi qui parle. » C'est juste.*

Christine. – *Oui, tout à fait.*

Agnès. – *Moi, je l'ai pris à mon compte ; j'ai l'idée qu'à partir du moment où on prend la parole on dit quelque chose d'authentique, même si c'est maladroit, c'est vraiment l'individu qui se révèle tel qu'il est. Chacun a sa façon de s'exprimer. Et selon qu'il est plus ou moins repris par les autres, il en aura plus ou moins envie.*

Christine. – *Je suis contente que tu dises ça ; je sens que toi, tu m'as comprise.*

Ainsi la parole apparaît, à travers ces différents exemples, dans un lien à la fois métaphorique et métonymique avec l'identité du sujet. C'est elle qui la représente à l'écoute d'autrui.

Ce sentiment est clairement exprimé par Anne qui note : « L'identité passe essentiellement par la parole ; à travers elle je prends une place » ; et elle ajoute, évoquant une séance douloureuse où elle n'est pas arrivée à communiquer avec les autres participants : « Ils ne doivent pas partir avec une image de moi qu'ils ont construite sans m'entendre. »

Si chacun a tendance à s'identifier à sa parole, la parole de l'autre touche aussi chacun et le fait réagir aux points sensibles et vulnérables de son sentiment d'identité. C'est en fonction de cette sensibilité qu'il va orienter son écoute et, selon l'expression familière, se sentir « visé » par certains propos.

Ainsi l'affirmation de Jacques, lancée à la cantonade, qu'il ne supporte pas bien les silences et ne les comprend pas, entraîne la réaction très violente d'une « silencieuse », Laure, qui éclate : « *J'en ai vraiment marre de tes remarques ; tu crois que c'est facile de parler avec des gens comme toi qui n'arrêtent pas de nous juger et de faire pression pour que l'on parle.* »

Autre exemple : une discussion très animée dure depuis quelque temps, dans un groupe, mais n'implique qu'un petit nombre de personnes dont Sophie ; soudain Isabelle, qui n'a pas participé aux échanges, s'exclame : « *Vraiment je m'emmerde ; cette discussion m'assomme* » ; Sophie réagit vivement puis s'explique : « *J'ai pris ta remarque comme une claque ; je dois être vraiment idiote de m'intéresser à des choses aussi assommantes !* »

La parole de l'autre touche donc chacun là où il ressent une faille, un défaut ou un risque de dévalorisation dans la conscience de soi.

### 9.3 Parole, identité et stades du développement

Le mode sur lequel se noue un rapport d'identification entre le sujet et sa parole renvoie à la fois à l'histoire du sujet et à l'histoire du groupe (c'est-à-dire la façon dont l'évolution du groupe entre en résonance avec certaines caractéristiques propres du développement de chacun). La façon dont la parole est subjectivement investie est fortement marquée par la façon dont la personnalité a traversé les différents stades du développement et en a reçu une empreinte durable ; mais ces stades sont, à leur tour, successivement réactivés par la dynamique groupale. On a l'impression que le groupe retransverse, dans son déroulement, des stades comparables à ceux que la psychanalyse a mis au jour dans la genèse de la personnalité. Il y a donc un mode oral, anal ou phallique du rapport à la parole qui dépend à la fois de la structure de personnalité de chaque participant et du stade d'évolution du groupe.

J'ai déjà souligné (dans la deuxième partie) que les débuts de l'expérience groupale étaient dominés par une problématique archaïque comparable à celle qui, dans le développement de la personne, caractérise les premiers temps de la vie et que l'on désigne comme stade oral. À ce moment la vie affective du groupe et l'investissement de la parole sont marqués par la

dépendance, le besoin d'être « nourri », par des angoisses de type persécutif, une agressivité orale entraînant une peur de la dévoration<sup>1</sup>.

La communication est vécue comme « hachée » et « morcelée » ; les participants expriment souvent l'appréhension que leurs paroles soient « disséquées », « décortiquées » ou « dévorées » (Emmanuelle : « Dire ce que l'on ressent profondément, c'est se dépecer »). La prise de parole peut être ressentie, dans l'imaginaire, comme une perte de substance, appauvrissant et dépossédant le sujet de son identité et le silence groupal comme une sorte de bouche dévorante.

Jacqueline : « *Quand je m'apprête à prendre la parole dans ce silence et ce vide angoissants, je me demande si mes paroles ne vont pas se perdre, si elles ne vont pas se noyer au milieu de tout ce monde.* »

Laurent : « *Quand je m'exprime devant le groupe, j'ai toujours la peur de perdre quelque chose de fondamental, de livrer une partie de moi dont je ne sais pas ce que les autres vont faire.* »

Une autre image qui apparaît avec cette signification de perte vitale est celle du corps vidé de son sang.

Marie confie au groupe un problème personnel ; soudain Thérèse explose : « *C'est trop ! Tu vas trop loin ! Tes histoires, ça ne concerne que toi, tu manques de pudeur ; c'est une véritable hémorragie quand tu parles.* » Louise qui s'implique beaucoup exprime son malaise face aux silencieux : « *Ils me font l'impression de vampires ; ils se nourrissent de la substance de ceux qui parlent.* »

Enfin, à ce stade la parole peut être investie d'une forte charge narcissique et si le sujet a l'impression qu'elle n'est pas accueillie comme il le souhaiterait, il le ressent comme une forme d'annihilation.

Claire dit qu'elle a du mal à s'investir dans le groupe et a peur de s'exprimer ; elle fait cependant un gros effort pour parler un peu d'elle ; elle reçoit quelques réponses rassurantes et un rien « paternalistes » qu'elle juge ironiques ; sa réaction intérieure est alors très forte : « *J'ai joué l'indifférente ou la fière, je ne sais pas, disant que ce n'était rien. Mais ce jour-là, j'ai haï le groupe [...] Je me suis sentie totalement rejetée et j'ai décidé de ne plus faire d'effort dans ce groupe.* »

C'est ce sentiment de fragilité narcissique qui fait que beaucoup ressentent, à ce stade, une agressivité forte et y réagissent par un repli défensif.

1. La problématique orale, et plus largement la fantasmatique groupale, a été très bien mise en lumière et analysée par D. Anzieu (cf. notamment *Le Groupe et l'Inconscient*, chap. 4, p. 182 : « Le groupe est une bouche. La fantasmatique orale dans le groupe »). C'est pourquoi je ne développe pas plus cet aspect ici, mes propres observations rejoignant et confirmant tout à fait celles de D. Anzieu (sur l'investissement pulsionnel de la parole, cf. aussi Gori, 1978).

Laure : « En prenant progressivement conscience de mon agressivité latente et de certains conflits personnels pouvant devenir interpersonnels, j'ai réalisé que l'imaginaire projeté sur la parole, en termes de perte, cachait peut-être également la peur d'être blessé, dans son amour de soi et dans ses certitudes propres, dans son identité. Je comprends en même temps que mon horreur de la promiscuité et de l'enfermement cache l'angoisse de voir ressurgir des phénomènes primaires déstabilisants. Je comprends mieux également la phrase d'un personnage de Sartre : « L'enfer, c'est les autres ! », en ce sens que dans le "huis clos" on finit parfois par douter de qui on est, on tente de se raccrocher à son expérience privée, à son intimité, on se défend en construisant des murs, qu'on peut ensuite enjamber pour s'enfuir, ou en avoir l'impression ! »

La parole peut être investie aussi sur un *mode anal*, comme objet à contrôler, à retenir ou à livrer ; comme on l'a vu, la problématique dominante est dans ce cas celle de la maîtrise ; maîtrise de ses paroles, dont il faut s'assurer de la qualité avant de les laisser sortir, maîtrise de soi de manière à se rendre opaque et imperméable. L'échange langagier est vécu alors imaginativement comme un rapport de forces où il convient d'avoir « le dernier mot ». Dans cette problématique s'exprime surtout une parole contrôlée et rationalisante traduisant une volonté d'emprise intellectuelle ; mais aussi une parole agressive expulsée de manière impulsive pour attaquer autrui. La symbolique anale est quelquefois très explicite et les participants parlent de « se retenir », de « tourner autour du pot », de « patauger dans la merde » ou de « diarrhée verbale ». À ce stade le silence prend une tonalité particulière et traduit une volonté de rétention en opposition à la pression ressentie pour faire parler les « silencieux » et à la règle de libre expression posée par l'animateur.

Pierre s'adresse à Catherine, une « silencieuse » : « *Je ne comprends pas comment tu arrives à rester là sans rien dire, tu dois vraiment te faire chier, c'est pas possible.* »

Catherine. – *C'est toi que ça gêne, pas moi ; j'ai déjà dit que j'avais décidé de ne pas parler.*

Pierre. – *Mais tu n'as jamais dit pourquoi ?*

Catherine. – *Ça ne te regarde pas ; d'ailleurs plus tu feras pression sur moi, moins j'aurai envie de parler.*

Pierre (s'adressant aux autres participants). – *C'est fou une telle obstination... C'est terrible, je sens que j'aurais envie de la battre pour l'obliger à lâcher ce qu'elle a dans le ventre. »*

Au *stade phallique*, la prise de parole peut être vécue imaginativement comme érection ou pénétration. Le sujet s'identifie à une parole puissante et fécondante, valorisée pour son pouvoir de fascination et de séduction. La

problématique dominante est alors la problématique de l'exhibitionnisme et du voyeurisme ; elle se traduit le plus souvent par une défense contre ces tendances. L'expression est assimilée à un dévoilement, une mise à nu et l'écoute à un plaisir voyeur qui est dénoncé. La prise de parole peut susciter alors une véritable angoisse phobique en raison de ces fantasmes sous-jacents.

Ghislaine, après un long silence du groupe, qu'elle vit à l'évidence très mal : « *Il faut que je me jette à l'eau, je ne supporte plus cette situation ; mais en même temps, j'ai horriblement peur de parler... d'ailleurs je tremble... l'idée de dire ce que je ressens, c'est comme si je me mettais à nu devant tout le monde, c'est affreux, c'est comme un viol !* »

Parler de soi revient alors à s'exhiber, à ouvrir son intimité au regard et la pénétration de l'autre et donc à « se livrer », à se « donner » (Christine : « Livrer mon imaginaire ne pouvait être qu'un acte d'amour, qu'un don possible en retour d'une extraordinaire confiance »). Cette signification éclaire l'angoisse de viol ou de castration qui peut accompagner la prise de parole et la communication.

Éric commence ainsi la présentation de son observation de la séance précédente : « *J'ai préparé un truc, mais je sais pas comment vous allez le trouver ; bon, j'ai l'impression qu'il manque plein de choses, alors je sais pas trop... je voudrais pas que vous soyez déçus, alors j'ai un peu le trac* ». Ici l'investissement phallique de la parole entraîne la peur de la castration avec comme mécanisme de défense une sorte d'autocastration préventive.

Tous ces exemples montrent que la façon dont chacun perçoit et exprime (en partie de manière inconsciente) son identité est marquée par le mode selon lequel se sont structurées ses pulsions agressives et libidinales dans le rapport à autrui. Elle reflète cette structure pulsionnelle, les types de relation d'objet, les angoisses et les mécanismes de défense qui la caractérisent. Elle transparait et se projette dans la parole à laquelle le sujet s'identifie dans la communication avec les autres. Ainsi la « chair se fait verbe » ; l'identité s'affirme dans l'acte de parole auquel la situation paradoxale de communication groupale sert de catalyseur et de révélateur.

Laurence commente après coup la prise de conscience qu'un « jeu de rôles » a favorisée chez elle : « Je ne découvre que maintenant ce qu'il m'a plus ou moins révélé. Au départ, ma réticence vis-à-vis de ce jeu est encore une fois, mais plus violemment, sans doute, un symbole de la peur de me livrer (d'être livrée) en pâture, dans ce qui m'apparaît comme l'arène d'un cirque romain. Bref, je redoute en participant à cet exercice, que je sens terriblement révélateur, d'y «laisser ma peau» (mon identité ?). »

Ce qu'espère et redoute chaque participant est de révéler et de découvrir, dans la communication à autrui, ce qu'il est, au risque imaginaire d'y « laisser sa peau » ; cette dynamique entre l'attente et la peur du dévoilement anime en profondeur les échanges groupaux où se projette, s'élabore et s'affirme la conscience de soi de chacun.

## 9.4 Stratégies expressives et mise en scène de l'identité

La prise de parole et la communication qui en résulte apparaissent donc comme la résultante de deux forces contradictoires : une force qui pousse à l'expression et à l'affirmation de soi ; et une force de répression, de masquage et de censure de cette expression. Cette seconde force trouve sa source dans les valeurs, les normes et les rituels sociaux qui entrent en résonance avec les valeurs et les interdits intériorisés dans les instances de l'idéal du moi et du surmoi.

Ce jeu de forces sous-tend une part importante de la dynamique des échanges sociaux (surtout lorsqu'ils sont dégagés d'une visée opératoire). Il se traduit par des stratégies expressives, régulatrices de la communication. Ces stratégies sont observables dans la forme même de discours, dans ses solutions de compromis, dans ses figures d'atténuation, dans ses ratés et ses ratures, dans ses sous-entendus, dans ses modes d'ambiguïisation ou d'opacification du sens.

### 9.4.1 *Le discours comme formation de compromis*

On peut désigner comme compromis le fait que le discours émis apparaît souvent comme la résultante d'une négociation intrapsychique (pouvant se prolonger dans une négociation interpersonnelle) entre l'intention communicative du sujet (ce qu'il serait prêt à dire) et ce qui lui semble acceptable par l'interlocuteur (ce qu'il convient de dire) ; ce compromis se marque aux hésitations, au choix des mots, à des formules rituelles comme « si tu veux bien », « si tu me permets », « c'est pas pour dire, mais... ».

Gérard. – *Je voudrais dire... enfin... c'est ce que je pense, c'est comme ça en tout cas que je vois les choses, que moi j'essaie de jouer le jeu, heu..., que j'essaie de participer au groupe, d'y apporter ce que je peux...*

Carole. – *Tu n'es pas le seul, y a quand même pas que toi qui t'impliques, tu as l'air...*

Gérard. – *Non, non, je dis pas que je suis le seul, non, mais quelquefois j'ai un peu l'impression, bon, que je suis un peu seul à ramer.*

On voit, dans cet exemple, comment Gérard propose son image de lui comme « le plus conforme aux normes du groupe », mais en prenant cer-

taines précautions – « c'est ce que je pense », « c'est comme ça en tout cas que je vois les choses »... Cependant son intention expressive est bien perçue par Carole qui tend à contester cette définition qu'il donne de lui-même, en la banalisant (« tu n'es pas le seul »). Gérard répond à cette contestation par une concession (« non, non, je dis pas que je suis le seul ») mais tout de suite suivie par une nouvelle affirmation de la définition de lui qu'il a posée au départ, entourée là aussi de précautions (« j'ai un peu l'impression », « bon », « un peu seul »...).

On voit que le compromis s'exprime notamment à travers des formes d'atténuation et d'euphémisation ; une façon très courante en est de relativiser son point de vue en le subjectivant plutôt qu'en le proposant comme une vérité objective (« c'est du moins ce que je pense », « c'est moi qui parle », « c'est ce que je ressens »...) ou en le minimisant par des adjectifs comme « petit » ou des adverbes comme « un peu ».

Lucie : *« Je voudrais faire une petite remarque, c'est peut-être pas très important, mais j'ai l'impression que, tout à l'heure, Françoise avait l'air de dire, enfin on pouvait comprendre ça... que je... enfin... que j'essayais de me faire prier, pour être le centre de l'attention, pour me faire remarquer. Je pense vraiment pas que c'est dans ce but... c'est que vraiment je n'arrivais pas à dire ce que je voulais. »*

Une autre forme d'atténuation est la mise en doute par le locuteur de ce qu'il affirme par l'emploi de tournures conditionnelles, d'expressions comme « peut-être » ou « je ne sais pas » (« je ne sais pas » est utilisé souvent comme un moyen d'euphémisation, d'hésitation à employer une expression contestable ou gênante pour le sujet car le mettant en scène dans une image ou une définition de lui trop avantageuse, ou, au contraire, dévalorisante ; par exemple, Luc : *« Par rapport à moi, si l'on me reproche, par exemple d'être... je ne sais pas... un peu narcissé ou de trop parler... »*).

#### 9.4.2 Les mécanismes d'autocorrection

Le compromis se marque aussi dans les hésitations et les ratures du discours ; loin d'être des éléments aléatoires provenant seulement d'une maladresse ou d'une difficulté d'énonciation, ces incidents ont le plus souvent une signification ; ils résultent d'un processus d'anticipation, d'évaluation et d'autocorrection par le locuteur de son énoncé, au fur et à mesure que celui-ci est produit ; ce processus peut intégrer les éventuelles réactions de l'interlocuteur, verbales ou non verbales, mais peut découler aussi bien des simples anticipations qu'en fait le locuteur.

Alex : *« Je voudrais parler d'Annie... je regrette d'ailleurs qu'elle ne soit pas là... surtout que ce que je voulais dire, bon, ça pourrait être pris comme une critique ; mais enfin, je le dis quand même... je peux d'ailleurs*

*lui redire quand elle arrivera, parce qu'elle est souvent... bien sûr c'est moi qui la vois comme ça... heu... je trouve qu'elle a souvent une attitude un peu agressive... enfin... disons, un peu provocante. »*

Si l'on analyse cet exemple, on constate d'abord qu'Alex, qui a une critique à formuler à l'égard d'Annie, l'exprime hors de sa présence (ce qui est peut-être plus facile) et en même temps se défend contre cette démarche (en répondant, par avance, à l'objection qu'on pourrait lui adresser qu'il n'est pas bien de faire des remarques sur quelqu'un en son absence) ; il justifie finalement sa décision par l'engagement de les réitérer éventuellement devant elle ; il commence ensuite à livrer sa critique et l'on peut penser que l'intention expressive est : « *Elle est souvent agressive* » ; il suspend cependant sa phrase, pensant certainement qu'elle comporte une imputation et une définition d'Annie qui peut être prise comme un jugement dévalorisant ; il atténue alors son propos en le subjectivant, puis il reformule sa phrase sous une nouvelle forme : « *Je trouve qu'elle a souvent une attitude agressive* » ; mais là encore, cet énoncé lui semble probablement trop affirmatif ; il introduit donc une nouvelle atténuation « *un peu* », puis suspend et rejette le terme « *agressive* », connoté négativement, pour lui préférer « *provocante* » qu'il euphémise par la formule « *enfin, disons* ». On voit là tout le travail de « *mise en forme* » qui permet de passer de l'intention initiale à l'énoncé final à travers une autocorrection progressive, traduisant l'effet d'auto-évaluation du discours projeté, en regard de la censure interne et de l'anticipation des réactions possibles de l'auditoire.

L'hypothèse que je poserais est que le travail d'autocorrection correspond à la projection, dans la relation interlocutoire, des mécanismes de défense ; ainsi on pourrait montrer dans la communication la traduction expressive de mécanismes comme l'annulation rétroactive, le déplacement, l'isolation, la formation réactionnelle, l'identification à l'agresseur... On pourrait même y déceler un équivalent de la conversion, dans le sens où l'expression non verbale y participe autant que la parole : une intonation, un raclement de gorge, un sourire appuyé pouvant servir autant que les mots à atténuer une expression trop forte, à corriger une formulation gênante, à rectifier un énoncé pouvant être interprété défavorablement.

Voici, à travers une description littéraire, un exemple de comportement non verbal ayant valeur d'annulation rétroactive et de déplacement : « Il lui resta un morceau de sucre sur la soucoupe, il étendit la main pour le prendre, mais sans doute dut-il considérer ce geste comme insuffisamment motivé, car il recula la main ; cependant le geste de la reculer étant plus immotivé encore, il tendit sa main de nouveau vers le morceau de sucre qu'il porta à sa bouche et mangea – non pour le plaisir de croquer mais pour avoir un comportement à peu près décent... envers le sucre ou envers nous... Voulant sans doute effacer cette impression fâcheuse, il toussa, puis, pour motiver cette toux, sortit de sa poche un mouchoir – mais n'osa

plus se moucher et bougea simplement le pied. Mais bouger le pied dut, sans doute, lui créer de nouvelles complications, car il se tut et s'immobilisa tout à fait » (Gombrowicz, 1960, p. 16).

Ce processus d'auto-évaluation et d'autocorrection correspond au souci de produire, à travers l'expression verbale et non verbale, une image de soi, socialement valorisante ou au moins « conforme ».

#### 9.4.3 *Les régulations autocentrées*

On rejoint ici ce que C. Chabrol a analysé sous l'expression de « régulation égocentrée de l'identité du sujet du discours » (1990). Lui aussi utilise, dans ce contexte, la notion de « stratégie » en précisant que l'intentionnalité et l'agir stratégique du sujet peuvent être réalisés sans volonté délibérée ou projet précis conscient ; cela n'exclut pas cependant qu'on puisse en prendre conscience et agir aussi de façon réfléchie ; mais dans les deux cas, le locuteur sera tenu pour responsable de ce qu'il dit. La notion de « régulation » implique un contrôle du locuteur sur son discours dans une double fonction de compensation des perturbations subies, introduites par autrui ou par le locuteur, et de guidage pour maintenir les « bonnes directions » et corriger les directions erronées. Cela suppose « chez le sujet communicant une capacité d'anticipation des opérations d'évaluation du sujet interprétant. Autrement dit une capacité de se mettre dans la position de l'autre et d'effectuer à l'avance les inférences psychologiques et sociales qu'autrui devrait faire à son propos, compte tenu du discours qu'il développe, avec une certaine probabilité » (p. 218). C. Chabrol distingue deux formes de régulation égocentrée : une forme anticipée où le locuteur s'efforce de prévoir et de prévenir les réactions éventuelles de l'interlocuteur ; une forme rétroactive où, en fonction des réactions de l'interlocuteur, le sujet communicant tente de modifier les stratégies antérieures ou de les infléchir.

Il en donne un exemple emprunté à un dialogue entre deux éducateurs A et B à propos d'un jeune :

A1 : « X demande à faire//... » (interruption de B).

B1 : « Mais je crois qu'il faudrait satisfaire sa demande et//... » (interruption de A).

A2 : « moi je ne sais pas, s'il faut la satisfaire forcément ? »

B2 : « Je crois qu'il faut lui laisser la satisfaire. »

A3 : « Oui, lui donner l'occasion de la satisfaire. »

Dans ce court dialogue : A est interrompu par B et celui-ci est à son tour interrompu par A.

L'interruption initiée par A à l'encontre de B en A2 peut être assez facilement interprétée lorsqu'on considère les échanges ultérieurs. Il s'agit d'une invitation à se corriger que B comprend bien puisqu'en B2 il substitue : « ... il faut lui laisser la satisfaire » à (B1)... « il faudrait satisfaire sa demande ».

Cette correction est bien adéquate puisque A en A3 dit « oui » avant d'enchaîner sur une variante sémantiquement proche qui implique la proposition énoncée en B2 à titre de présupposée.

L'enjeu de la correction initiée par A et accomplie par B est assez clair. Il s'agit de remplacer une formulation qui donne à l'éducateur un rôle pédagogique traditionnel d'autorité pouvant satisfaire ou refuser une demande exprimée par un jeune par une formulation qui le situe seulement en médiateur ou adjuvant d'une quête du jeune lui-même (1990, p. 224).

Ainsi les régulations égocentrées tendent d'abord à contrôler l'image que le locuteur donne de lui à travers son discours :

Il s'agit bien au sens large d'une finalité psychologique mais visant à produire chez autrui les conditions nécessaires pour qu'il reconnaisse au producteur du discours des qualités « psychologiques et sociales » souhaitables, selon ses attentes. On le voit, l'enjeu est d'importance puisqu'il s'agit du contrôle de la construction de l'identité personnelle et sociale du JE communicant (p. 227).

#### 9.4.4 *Rapport de places et identité*

Mais l'expression et la communication ne servent pas seulement à construire et à transmettre une certaine image du sujet communicant ; elles tendent aussi à assigner à l'interlocuteur une identité complémentaire de celle que revendique le sujet. En effet, en définissant à travers ses prises de parole la place qui est la sienne, le locuteur fixe aussi indirectement celle dans laquelle il installe l'interlocuteur.

Ainsi, lors d'une séance, Claude, femme d'une quarantaine d'années, adresse à Monique, jeune fille assez effacée, une question « pour l'aider à s'exprimer ». Monique commente : « J'ai eu l'impression d'être une élève que le professeur interrogeait ; l'élève timide à qui il faut tirer les vers du nez. Par la suite, je me suis toujours représenté Claude comme quelqu'un ayant un statut de professeur, face à moi son élève, représentation qui avait déjà pris forme en début d'année où Claude disait être déjà professionnalisée. »

Ainsi, identité, place et expression sont étroitement liées. Comme le note Béatrice : « Ne prennent la parole que les personnes qui se reconnaissent un statut particulier dans le groupe » ; et l'on pourrait ajouter : une identité déterminée. On peut en donner comme illustration le fait que, lorsque certains participants se vivant comme « silencieux » sont désignés comme observateurs et doivent, de ce fait, s'exprimer sur ce qu'ils ont observé, ils accom-

plissent souvent cette tâche avec beaucoup d'aisance : ayant un statut et une identité précis, ils n'ont plus aucune difficulté à parler ; ce qui montre qu'auparavant ils ne « s'autorisaient » pas à prendre la parole. C'est d'ailleurs habituellement par une prise de rôle que les participants se définissent une première identité en conférant à autrui une identité complémentaire à celle qu'ils veulent, plus ou moins consciemment, tenir.

Patrick : « Chacun attend d'Hélène qu'elle s'oppose aux paroles de Marc, du fait des discussions entre eux qui ont ponctué assez souvent les précédentes séances. Je pense alors que c'est l'une des principales clefs pour entrer dans le groupe, pour y exister réellement : acquérir au sein du groupe une identité, en fait un rôle que l'on s'attribue par la répétition de certains comportements qui prennent une fonction précise dans le déroulement des séances : faire rire, engager une réflexion, s'opposer, etc. »

Ainsi l'échange humain constitue, comme l'a souligné J. Lacan (1966, p. 298), « une communication où l'émetteur reçoit du récepteur son propre message sous une forme inversée » ; en assignant à l'autre, dans son expression, une place et une identité, il définit indirectement la sienne de manière complémentaire. « Tu t'es conduit en disciple fidèle », intronise celui qui le profère dans la position de maîtrise qu'il revendique. « Ce que je cherche dans la parole, c'est la réponse de l'autre. Ce qui me constitue comme sujet, c'est ma question » (p. 299).

C'est donc dans et par l'acte de parole que le locuteur se pose comme sujet et fonde son identité en rapport avec l'identité d'autrui. « Mais ce n'est pas assez dire que, dans cet acte, le sujet suppose un autre sujet, car bien plutôt il s'y fonde comme étant l'autre, mais dans cette unité paradoxale de l'un et de l'autre, dont on a montré [...] que, par son moyen, l'un s'en remet à l'autre pour devenir identique à lui-même » (p. 351).



## 10 LES STRATÉGIES IDENTITAIRES

---

Un paradoxe fondamental opère au cœur de l'identité. Elle est, comme on l'a souligné à plusieurs reprises, ce qui nous rend semblables aux autres – nos « semblables » – et en même temps différents. Elle résulte d'une dialectique constante entre le même et l'autre, deux notions qui s'impliquent mutuellement et qui sont au fondement de la conscience de soi. En effet, chacun accède à la représentation de soi, à travers une suite d'identifications qui, de l'enfance à l'âge adulte, font que « je est un autre ». Et pourtant chaque individu s'éprouve comme unique et différent de ses semblables.

Ce paradoxe peut se saisir au niveau de l'expérience subjective aussi bien que dans les conduites interactives. Selon les situations et les individus, la quête de reconnaissance et la défense de l'identité vont entraîner tantôt des stratégies d'assimilation et tantôt de différenciation. Par les premières le sujet tend à se rendre pareil aux autres, à rechercher la conformité et la similarité, à rejeter la différence. Par les secondes, il vise au contraire à se distinguer d'autrui, à affirmer sa singularité et son originalité.

Ces deux stratégies peuvent d'ailleurs opérer concurremment : le sujet cherche, par exemple, la conformité et la similitude avec les membres de son groupe d'appartenance (ou de référence) tout en cultivant la différenciation avec ceux qui appartiennent à d'autres groupes.

Elles sont déterminées en partie, par les besoins identitaires qui sont les plus prégnants dans chaque situation : besoins d'existence (de visibilité ou d'invisibilité), d'inclusion, de contrôle et surtout de valorisation (*cf.* chap. 8). Car, selon le contexte et les personnalités, un même besoin peut être satisfait par une quête de similitude ou par un effort de différenciation<sup>1</sup>.

---

1. Ces observations rejoignent l'ensemble très conséquent de travaux de psychologie sociale expérimentale sur la *différenciation sociale*, travaux dont J.-P. Codol a fait une remarquable synthèse (notamment dans sa thèse de 1979 et ses articles de 1980 et 1984) tout en y apportant sa propre contribution.

## 10.1 La recherche du même

La psychologie a, pendant une longue période, fait porter surtout l'accent, dans l'analyse du lien social, sur la recherche de similitude : c'est l'importance centrale accordée par Tarde à l'imitation, par Le Bon à la contagion, par Freud à l'identification, par Ash et Sherif à la conformisation... Ces aspects sont suffisamment connus pour qu'il ne soit pas nécessaire d'insister sur ce thème<sup>1</sup>.

Tantôt l'assimilation est présentée comme un effet des interactions sociales qui conduisent à la recherche de conformité, de proximité et donc de ressemblance entre les individus ; tantôt c'est la similitude qui est perçue comme la base de la relation sociale : la proximité et la ressemblance amènent les individus à communiquer (ce qu'exprime, par exemple, le proverbe : « Qui se ressemble s'assemble »).

Mais ces deux processus complémentaires tendent l'un et l'autre à favoriser l'indifférenciation et l'identification entre les individus. Ils se vérifient avec une grande constance dans l'expérience groupale, surtout dans sa phase initiale.

### 10.1.1 *L'indifférenciation protectrice*

Plusieurs phénomènes marquent, on l'a vu (chap. 4), cette phase : un sentiment d'insécurité et de menace identitaire, la peur de l'affirmation de soi, la recherche de normes communes et de conformité. La stratégie suivie alors par la majorité des participants est de se rendre invisible. « Le but, comme le note Hélène, est de se fondre dans la masse et de ne pas susciter l'attention ou les réactions des autres membres du groupe ». Il s'agit de ne pas se distinguer, d'apparaître semblable aux autres, de fusionner avec eux. Dans cet état d'esprit où chacun se veut identique à autrui, les participants disent souvent n'avoir pas éprouvé de besoin de parler car d'autres exprimaient ce qu'ils auraient pu dire.

Éliane : « Il me semble que tant que l'on n'éprouve pas le besoin de prendre la parole [...], c'est qu'il n'y a pas d'identité et que le "je" ne s'est pas encore formé. »

La fusion dans le groupe peut être vue ainsi comme une négation de l'identité et comme la peur de l'individuation ; mais elle constitue en même temps une protection de l'identité, recherchée dans l'assimilation aux autres. Bien sûr, se profilent aussi derrière cette attitude le besoin d'approbation et la peur du jugement et du rejet.

1. Cf. notamment Moscovici, 1979 et 1981.

Corentin : « *J'ai tellement besoin de sentir que j'appartiens au groupe que j'ai beaucoup de mal à ne pas être d'accord avec les autres, à donner mon opinion si elle est contraire ; oui, c'est ça, je crois que je ne veux pas me désolidariser... Finalement j'ai peur de l'exclusion* ».

La conformité avec le groupe constitue ainsi une sorte d'enveloppe protectrice donnant un sentiment d'appartenance, et par là même une certaine identité. Mais en même temps elle peut être insatisfaisante pour le sujet qui a l'impression de gommer son individualité.

Michèle écrit, par exemple : « La différence me faisant peur au point, par moments, de ne rien vouloir savoir de ma propre identité, tellement je pouvais me calquer sur autrui pour me sentir acceptée. C'est pourquoi, en groupe, j'ai tendance à me couler dans le moule alors qu'en dehors je perçois davantage mon individualité, je me soustrais plus facilement à l'influence d'autrui. »

Souvent, après cette phase de fusion et d'indifférenciation, la quête d'identité se traduit par celle du semblable, du « double » affinitaire.

### 10.1.2 La quête du semblable

De très nombreuses études ont montré le rapport étroit entre le sentiment de similitude et l'attraction interpersonnelle ; c'est la base la plus généralement attestée des mouvements affinitaires (Maisonnette, 1966).

On peut l'observer facilement dans l'expérience groupale, et les participants expriment très souvent qu'ils se sentent plus à l'aise, plus assurés de ce qu'ils sont quand ils ont le sentiment qu'il y a dans le groupe quelqu'un qui leur ressemble, avec qui ils partagent les mêmes opinions, les mêmes valeurs, les mêmes goûts ou les mêmes réactions. À l'inverse, l'isolé silencieux explique dans de nombreux cas son attitude par le sentiment de n'avoir personne à qui se « raccrocher », de n'éprouver de proximité avec aucun des autres participants. Ou encore l'impression d'une trop grande distance avec les autres semble rendre la communication impossible.

François s'exclame après une discussion où son point de vue a été contesté et où des positions très variées se sont affrontées : « *Bon, ça va... il y a une telle différence entre nous que je ne sais pas si ça vaut le coup... qu'on n'a peut-être plus rien à se dire, plus rien à faire ensemble quoi.* »

Dans la recherche du double (sorte de reviviscence du « stade du miroir »), le sujet trouve un renfort et une confirmation de ce qu'il est et donc une réassurance identitaire. On constate aussi que la possibilité de se trouver un point commun avec une personne qui paraissait d'abord étrangère facilite le rapprochement et la communication.

Ariane, une jeune étudiante, note : « J'étais gênée la dernière fois de voir qu'il y avait tant de femmes âgées dans le groupe. Elles me faisaient un peu peur. Cela m'a soulagée de savoir que ce n'était pas simple pour Françoise aussi (l'une de ces femmes) ; une relation s'est donc instaurée entre elle et moi. »

Dans tous les cas, c'est bien sûr un mécanisme d'identification qui soutend le sentiment d'affinité ; *identification introjective* lorsque le sujet cherche à ressembler à quelqu'un qui, à ses yeux, apparaît auréolé de prestige ou semble correspondre à ce qu'il voudrait être.

Corinne : « D'emblée, je me suis sentie très proche de Thérèse car j'ai très vite perçu qu'on avait les mêmes façons de sentir et de réagir ; et puis, j'avoue qu'elle représente un peu ce que j'aimerais être : elle est toujours à l'aise, pleine d'entrain et de bonne humeur... »

Mais, la plus visible est l'identification projective par laquelle le sujet attribue à l'autre une personnalité, des traits de caractère ou des sentiments qui sont les siens. Ce mécanisme s'observe clairement chaque fois qu'une personne répond à la place d'une autre, se sent visée par des propos qui ne lui sont pas adressés, vient au secours d'une autre, etc.

Ainsi Claude réagit à une question très directe posée par Béatrice à Xavier : « *Par rapport à ce type d'intervention, je trouve ça... risqué. J'aurais peur de mettre la personne mal à l'aise, de la gêner au point qu'elle ne veuille plus parler. En fait, comme je suis susceptible et très sensible, j'ai toujours peur de mettre les autres dans l'embarras.* »

La psychanalyse a pointé, par exemple, le phénomène d'« identification à l'agresseur », phénomène que l'on peut effectivement constater ; mais celui qui apparaît le plus fréquent dans l'expérience groupale c'est plutôt l'« identification à la victime » : presque toujours, quand une personne est attaquée ou critiquée, il y a quelqu'un pour se « mettre à sa place » et la défendre.

Solange : « J'ai mal vécu les jugements portés sur Alain ou Florence ; il est vrai que je redoute intérieurement qu'une situation identique ne m'arrive. » Réaction que Christine analyse très bien : « En fait, je crois que réagir au malaise de l'autre, en exprimant par exemple de la solidarité, constitue tout simplement un réflexe humain, normal et positif. Mais surtout, cette réaction peut aussi être considérée comme une adhésion aux émotions des autres, et dans ce sens, relève d'une identification à cet autrui qui souffre. En effet, nous raisonnons souvent par analogie, et le fait de percevoir que l'autre est en difficulté suffit à nous faire ressentir son propre malaise... »

Ce mécanisme projectif est la base d'un processus cognitif de généralisation qui amène chacun à attribuer aux autres des attitudes ou des senti-

ments comparables aux siens et qui se marque au niveau de l'expression, par l'usage du « on » (au lieu du « je ») ou par des expressions comme : « tout le monde » a ressenti..., « les gens » pensent..., le « groupe » souhaite... Ce processus rejoint et renforce la tendance à la conformisation.

Éliane note : « S'afficher soi avec ses propres réflexions, c'est bien souvent s'afficher seul face aux autres personnes du groupe. Alors on généralise, on englobe les autres avec soi et c'est peut-être une façon de se sécuriser ».

L'identification est aussi le fondement du phénomène de contagion émotionnelle, si frappant dans l'expérience groupale. F. Redl l'avait déjà relevé, en proposant la notion d'*émotion de groupe*<sup>1</sup> : en parlant d'« émotion de groupe, précisait-il, nous désignons les manifestations instinctuelles et émotionnelles ayant lieu entre des personnes soumises à la pression des processus inhérents à la formation d'un groupe » (p. 379).

Redl montre que l'identification émotionnelle s'opère, le plus souvent, à partir d'une « personne centrale » qui focalise la problématique du groupe. Cette personne devient le catalyseur ou le support d'identifications qui peuvent prendre plusieurs formes : identification introjective au surmoi de la « personne centrale » (perçue comme autorité morale) ou à son idéal du moi (en souhaitant devenir comme elle) ; identification à l'agresseur (la personne centrale pouvant être soit l'agresseur, soit un « bouc émissaire ») ; identification au moi du leader perçu comme « organisateur » ; identification mutuelle à partir d'un « acte initiateur » accompli par un « séducteur » ou un « héros » ; identification à une personnalité centrale non conflictuelle jouant le rôle de « mauvaise influence » (poussant à la satisfaction des pulsions) ou de « bon exemple » (facilitant leur répression). Ainsi la personne centrale, support d'identifications et déclencheur de la contagion émotionnelle, peut assumer différentes fonctions dans le groupe : leader, modèle identificatoire, objet pulsionnel ou soutien du moi. Cette perspective, initiée par Redl, apparaît comme beaucoup plus pertinente et opératoire que la seule notion de *leadership* à laquelle on tend parfois à la réduire (et qui n'est qu'une des fonctions pouvant être assumée par la personne centrale).

### 10.1.3 Le couplage

Le jeu des attractions et des similitudes entraîne habituellement une structuration du groupe en réseaux affinitaires.

Jacques : « Je perçois de plus en plus la formation de sous-groupes ; ils sont constitués de personnes qui partagent une certaine complicité, qui réagissent généralement de la même façon, qui ont les mêmes positions et

1. Émotion de groupe et leadership, in Lévy, 1970.

qui se reconnaissent les unes des autres ; elles manifestent aussi une solidarité entre elles et se soutiennent mutuellement ».

C'est donc sur la base de l'identité que ces sous-groupes tendent à se constituer.

Annie : « *Je me retrouve en fait avec les personnes qui me ressemblent le plus, tout au moins j'en ai le sentiment, qui savent en tout cas communiquer par le rire.* »

La recherche du semblable se manifeste aussi dans le phénomène du couplage<sup>1</sup>. Il désigne le lien en miroir très étroit qui unit deux participants : ils sont toujours assis l'un à côté de l'autre ; ils interviennent souvent en même temps et lorsqu'on s'adresse à l'un, c'est quelquefois l'autre qui répond. Ainsi, dans un groupe, Maurice et Olivier sont tellement « soudés » qu'on ne les appelle que « les frères siamois ». Ce qui traduit la force de l'identification mutuelle c'est que les autres membres du groupe arrivent à les confondre et, par exemple, se trompent constamment dans leurs prénoms.

Au cours d'une séance Bruno exprime à Christine et Corinne la gêne qu'il éprouve à leur égard car pour lui, elles sont complètement confondues ; d'ailleurs en s'adressant à elles, il intervertit constamment leurs prénoms ce qui amuse beaucoup tout le groupe. Mais les intéressées protestent en disant qu'elles se sentent différentes l'une de l'autre malgré leurs affinités et que si on les confond, ce qui les trouble beaucoup, c'est sûrement en raison de leur seule ressemblance physique.

Le couplage permet un étayage mutuel des identités, un sentiment de plus grande sécurité et de force face à autrui, une confirmation réciproque des intéressés. Mais en même temps, il comporte une indifférenciation qui empêche l'individuation.

Voici, par exemple, le témoignage de Nathalie : « Après les présentations d'usage, au début de la séance, ne connaissant strictement personne, je pus établir une relation privilégiée avec la personne assise à côté de moi, relation favorisée par le fait que nous nous présentions mutuellement. N'ayant jamais assisté à ce type de stage j'éprouvais le besoin de trouver des repères, de consolider ma position, au milieu d'un groupe de gens dont je ne savais rien [...]. Le besoin de sécurité de l'une et de l'autre nous fit entrer dans ce système de couplage tel que les autres membres du groupe finirent par nous confondre, nommant l'une à la place de l'autre et nous englobant dans une même perception de nos dires et de nos actes. Situation d'autant plus inconfortable finalement que nous éprouvions le besoin de nous différencier afin de retrouver notre identité ; mais il fut impossible d'obtenir

1. J'emploie ici ce terme dans un sens différent de celui utilisé par Bion (1965) pour désigner l'une des « hypothèses de base ».

la séparation dans l'esprit du groupe qui nous confondit jusqu'au dernier jour. »

Il y a donc une relation étroite entre sentiment de similitude, attraction, convergence et renfort d'identité. Cette relation que l'on a explorée à partir de la notion d'identification, la psychologie sociale l'a abordée aussi à travers d'autres notions comme celle d'« équilibre » dans la théorie de F. Heider, de « symétrie » dans celle de T. Newcomb, de « comparaison sociale » et de « consonance » dans celle de L. Festinger...

Tous ces mécanismes contribuent à privilégier la ressemblance et à refuser la différence.

Christian note que notre réaction la plus fréquente dans le groupe est « d'avoir envie d'être identique aux autres ou que les autres soient identiques à nous-mêmes. Accepter les différences d'autrui ne paraît pas toujours facile et le premier mouvement est celui de la peur et du rejet ».

#### 10.1.4 *Le rejet de la différence*

Ce rejet est renforcé par la situation groupale qui pousse à la conformité ; de plus la différence est perçue comme menaçant l'unité du groupe, au même titre qu'elle menace la consistance de l'individu.

Paul : « Pour moi la difficulté majeure était la réticence à accepter l'autre et ses différences dans le groupe ; s'ajoutait le désir d'unité qui était presque "utopique" car il conduisait à ne pas prendre assez en considération les différences individuelles. »

La différence est ressentie à un niveau préconscient comme une négation et une remise en cause de l'identité propre.

Agnès : « J'ai l'impression à travers cette expérience de groupe, d'avoir fait un pas (modeste) dans le chemin d'un dépassement d'un profond narcissisme ancré en moi ; la différence n'est plus tout à fait vécue par moi comme une annulation de ma personne ».

D'ailleurs on constate qu'alors même qu'au niveau idéologique elle est affirmée comme une valeur et revendiquée, au niveau des comportements et des réactions spontanées, elle est dure à accepter.

Florence : « J'ai remarqué qu'au début, il nous était très difficile de respecter la subjectivité de l'autre et d'admettre qu'il puisse avoir des sentiments différents de soi. »

Le réflexe le plus immédiat est d'évaluer autrui à partir de son propre système de référence considéré comme le seul « normal » et légitime, ce que souligne Yolande lorsqu'elle note : « On ne supporte pas bien l'attitude de l'autre, quelle qu'elle soit : les personnes qui parlent semblent exiger de tout

le monde le même effort et celles qui se taisent la plupart du temps interviennent pour « reprocher » aux premières de ne pas laisser de place pour que tous puissent s'exprimer. »

Si l'on tend à rejeter d'abord la différence de l'autre, la sienne propre peut être aussi source de malaise ; car elle est toujours la perception d'un écart et d'un différend entre soi et autrui. Le sujet peut être alors amené à gommer ce qui le distingue pour se rapprocher d'autrui

Denis, qui a la cinquantaine : « Presque dès les présentations, je sens que le décalage d'âge risque d'être un point de mire, si je n'y prends garde. Je m'efforce de rester assez vague lorsque les plus jeunes me posent des questions sur mon expérience acquise. »

Ainsi tout concourt, dans les premières phases de l'expérience groupale à stimuler les stratégies d'indifférenciation et d'identification et donc à inhiber l'affirmation de soi, au profit d'une recherche de similarité. Cependant ces stratégies débouchent le plus souvent sur leur propre négation : car la similitude qui a été d'abord source de sécurité et facteur de renfort de l'identité apparaît, lorsque la peur de l'autre s'estompe, comme une limitation aliénante. Alors le besoin de distinction devient prévalent.

## 10.2 La différenciation

L'assimilation à autrui satisfait plusieurs besoins sociaux de l'individu : le besoin de conformité, d'approbation, d'intégration groupale, de rapprochement et d'accord avec autrui. Cependant elle ne répond pas à la recherche de singularité, composante essentielle du sentiment d'identité.

Françoise, par exemple, est très sensible à ces deux tendances et aux contradictions intérieures qu'elles engendrent : « *Je me conforme ou non : avec le risque dans le second cas, de me mettre en marge du groupe et dans le premier, de me forcer, d'être en désaccord avec moi-même. Il y a l'évolution du groupe avec chacun de nous en tant qu'élément de l'unité groupale et il y a notre évolution propre dans le groupe en tant qu'unité individuelle. Ce n'est pas évident de faire passer l'un ou l'autre avant.* »

L'observation montre que la différenciation n'intervient que lorsqu'est acquise une certaine sécurité identitaire et qu'est surmontée la peur du jugement et du rejet. Cependant on constate que certaines personnes partent au contraire d'une affirmation agressive de leur différence pour accepter progressivement la similitude ; on peut interpréter cette réaction comme une sorte d'attitude « contra-phobique » chez des sujets qui supportent très mal la situation de groupe et qui ont besoin de s'affirmer (souvent dans le négativisme) pour ne pas se sentir écrasés par le groupe.

La capacité de différenciation est donc étroitement liée au processus d'intégration et de cohésion interne. Elle suppose l'aptitude à se distancier et à se séparer d'autrui.

### 10.2.1 *Séparation et limites*

Par aptitude à la séparation, il faut entendre la capacité psychologique à distinguer les limites entre soi et autrui, à prendre conscience de la dépendance vis-à-vis des autres et à s'en distancier, à accepter l'autonomie et ce qu'elle peut provoquer dans la relation à autrui (jugements, désaccords, conflits, rejets...). Bien entendu cette capacité est à peu près acquise chez la plupart des « adultes » à un niveau cognitif ; mais elle est très loin de l'être – comme le montre l'expérience groupale – à un niveau affectif.

À ce niveau les limites entre soi et autrui peuvent être brouillées par les mécanismes de projection et d'introjection, par les besoins de fusion et de dépendance, par la recherche d'approbation et de reconnaissance, par les désirs d'origine pulsionnelle, par la fragilité du « moi-peau »... Cette précarité des frontières du soi peut entraîner aussi bien une porosité de ses limites (dans le sens de la suggestibilité, de la confusion émotionnelle, de la sujétion au désir de l'autre...) que leur rigidification (dans une mise à distance d'autrui, une ritualisation et une désaffectivation des relations ou un repli autarcique).

La différenciation et la séparation se marquent souvent, dans un premier temps au moins, par des attitudes d'opposition ; on peut les interpréter comme une sorte d'équivalent du « stade du non » dont on a vu avec R. Spitz (1968) qu'il constitue un des moments clés dans le développement du sentiment d'identité chez l'enfant. Le sujet se pose en s'opposant ; pour se libérer du sentiment d'aliénation lié à l'indifférenciation et à la conformisation, il est porté à s'affirmer contre tout ce qu'il considère comme une contrainte ou un pouvoir externe. Cela se traduit souvent par une contestation des règles de fonctionnement du groupe, une opposition aux leaders et notamment à l'animateur, perçu comme tel par les participants. Il y a passage et quelquefois oscillation entre une attitude de soumission et des formes de « rébellion »

Josiane évoque cette relation ambivalente à l'autorité, notamment celle de l'animateur, dont elle redoute qu'il n'infirmes, par un jugement critique, ce qu'elle est : « Je retrouve là, très fortement, écrit-elle, ce que mon expérience personnelle m'a fait vivre en ce qui concerne la relation d'autorité. Dans mes relations familiales et professionnelles, j'ai toujours vécu cela très douloureusement avec un refus de ce qui m'était imposé arbitrairement, refus qui pouvait se traduire par des douleurs physiques (notamment de violents maux de tête)... Et paradoxalement, j'ai acquis l'habitude de me soumettre dans de nombreuses situations où lutter eût été inutile, avec

cette rage au cœur et ce besoin de justification que j'éprouvais pour ne pas trop me dénier. »

Ce balancement entre la soumission et la révolte peut être mis en relation avec les attitudes de fuite et d'attaque dont W. Bion (1965) a montré qu'elles constituent une des « hypothèses de base » dans la structuration des groupes.

C'est souvent une phase difficile pour les participants car en se différenciant et en s'opposant aux autres, ils ont peur de provoquer des conflits destructifs pour eux comme pour le groupe. Il peut s'ensuivre un sentiment d'agression potentielle que certains arrivent à assumer et à dépasser mais qui pousse d'autres à un retrait défensif.

Dominique explique, par exemple, que, pour elle, l'affirmation de soi s'associe à une crainte de l'agression, aussi bien la sienne que celle qu'elle peut provoquer en retour chez autrui ; elle évoque en termes imagés « cette agressivité, mal vécue, comme une atteinte à sa propre intégrité, comme un morcellement de soi, une fissuration dangereuse où les flèches empoisonnées de la relation interpersonnelle provoquent un repli sur soi défensif ».

### 10.2.2 *Distinction, visibilité et individuation*

L'opposition comporte de nombreuses significations psychologiques : l'affirmation contre-dépendante, le besoin de se distinguer, la lutte pour le pouvoir et la maîtrise, la compétition... Plusieurs de ces aspects se retrouvent dans ce que l'on peut appeler la rivalité mimétique, notion avancée par R. Girard (1972) et qui constitue pour lui un des schèmes fondamentaux du rapport social. Cette forme de rapport est couramment observée dans l'expérience groupale. Elle consiste en une relation en miroir entre deux participants dans laquelle la rivalité tient autant de place que l'identification.

Dans un groupe toute une phase est dominée par la lutte entre deux leaders Thierry et André ; ils se servent de faire-valoir mutuel ; dès que l'un affirme quelque chose, l'autre intervient pour prendre le contre-pied ; leur relation est symétrique et leur rivalité les situe toujours sur le même plan ; les participants en parlent comme d'un « combat de coqs » et André finit d'ailleurs par reconnaître que pour lui il s'agit d'une sorte de « joute » pour se distinguer, tenir le centre de la scène avec comme but implicite la séduction des femmes du groupe.

La distinction répond donc au besoin de visibilité sociale ; pour être visible dans le groupe, il faut accepter de sortir de l'anonymat, de se séparer des autres, d'affirmer son individualité.

Valérie : « Acquérir une identité de membre du groupe, à l'intérieur de cette homogénéité, pourtant fortement hétérogène, nécessite de se faire

connaître. Or pour se faire connaître il est avant tout nécessaire de se reconnaître comme étant bien distinct des autres. »

Lorsque les participants ont atteint dans le groupe un sentiment de sécurité et de liberté suffisant (qui implique le dépassement de la peur du jugement, de la dévalorisation et du rejet et l'acceptation de la séparation, de l'opposition et du conflit), le désir d'individuation s'affirme de façon très nette chez la plupart des participants : chacun veut voir reconnaître sa singularité personnelle et le droit à « être lui-même ».

Solange, qui a parcouru un chemin difficile pour surmonter sa timidité et oser s'affirmer dans le groupe, s'adresse un moment aux participants avec beaucoup de force et d'émotion : *« C'est peut-être égoïste ce que je vais dire mais maintenant le plus important pour moi, c'est d'être moi-même ; c'est pas facile vous savez, il faut que j'accepte de montrer mes faiblesses, peut-être de déplaire à certains... Mais je sens que je suis là pour être moi-même, c'est vrai ! Même si je dois ne plus rien avoir de commun avec vous. »*

À ce stade, le besoin d'individuation est reconnu comme une sorte d'évidence et apparaît même comme un objectif assigné à l'ensemble des participants.

Gérard qui a été plutôt effacé pendant toute la durée d'une session est perçu par les autres, et surtout les plus impliqués, comme un « résistant », voire un opposant à l'expérience ; Sandrine qui s'est beaucoup investie et de façon très personnelle exprime une gêne vis-à-vis des « silencieux » ; Gérard intervient : *« Sandrine, tu disais que tu t'étais exprimée peut-être de façon trop personnelle, trop intime et que c'était pas le lieu, que ça pouvait gêner certains ; tu pensais peut-être à moi. C'est vrai que je me sens pas capable de faire pareil, bon, mais ça ne me gêne pas, au contraire, je trouve ça très bien ! J'aimerais aussi pouvoir être moi-même et m'exprimer librement... »* De même Valérie, vers la fin d'une année de groupe de formation s'exclame : *« J'ai vraiment le désir maintenant de voir des individualités se découper et de ne plus se fondre dans le groupe, de connaître les gens individuellement. »*

Les participants arrivent à exprimer plus aisément des valeurs propres et des objectifs qui leur sont personnels et à moins se cacher derrière l'« intérêt général » du groupe ; ils renoncent en partie à l'« unanimité » et s'efforcent de concevoir un mode de fonctionnement qui puisse inclure les besoins et les intérêts différenciés des uns et des autres.

Pendant si l'affirmation personnelle peut se manifester comme émancipation à l'égard de la pression du groupe, elle ne se traduit généralement pas par un repli autarcique ou par un retrait de la relation sociale. Au contraire, très souvent les participants admettent alors le besoin qu'ils ont de la reconnaissance et de la coopération des autres : *« Tu vois, dit Alain à Brigitte, si je*

*sais maintenant que je peux m'exprimer plus librement, que je peux prendre le risque de montrer des aspects de moi plus personnels, je sais aussi que j'attends un écho, j'ai besoin d'un retour à ce que je donne ; et si je te demande comment tu as réagi à ce que j'ai dit, c'est que ta réponse est importante pour moi ; est-ce que tu vois ? »*

Comme le souligne P. Tap :

Le moi a besoin de se sentir digne d'être aimé et accepté : il peut alors s'épanouir en toute sécurité. Il a aussi besoin d'expérimenter des pouvoirs sur les choses, sur autrui ou sur lui-même, et par là développer ce sentiment fondamental d'être cause. Ainsi l'identité personnelle se nourrit des valeurs de la personne et ne peut donc être valablement étudiée en dehors du système de valeurs et d'idéaux associé à l'action, à l'affirmation et à la conscience de soi (1968, p. 77).

### 10.2.3 La différence des sexes

Il est difficile de parler de différenciation, sans en aborder une des formes essentielles qui est la différence des sexes. Pourtant elle se manifeste dans l'expérience groupale sous un jour assez paradoxal : partout et toujours présente, elle est habituellement occultée, surtout dans les premières phases. Il faudrait pour traiter ce thème de longs développements qui pourraient à eux seuls constituer l'objet d'une étude spécifique<sup>1</sup>. Aussi ne ferai-je qu'en évoquer ici quelques aspects.

Certaines réflexions au départ d'une session montrent que les participants sont d'emblée sensibles à la composition sexuée du groupe.

Ainsi Catherine, dans les premières minutes d'un stage, fait tout à coup cette remarque : « *Tiens, les hommes ne sont pas très nombreux ; est-ce qu'ils ne vont pas se sentir écrasés par cette majorité de femmes ?* », remarque qui provoque les rires des autres participants. Dans un autre groupe Pierre s'exclame : « *C'est bien, il y a le même nombre de filles que de garçons* », entraînant là aussi un rire général.

Et puis, il semble que le groupe s'enfonce dans une « phase de latence » où la différence des sexes est ignorée (comme les autres formes de différenciation d'ailleurs). C'est la phase où les participants privilégient avant tout la fusion, l'indifférenciation, l'unité groupale et préfèrent taire tout ce qui pourrait aller dans un sens inverse.

Lorsque les mécanismes de différenciation commencent à se manifester activement, la différenciation sexuelle retrouve une certaine présence mais souvent davantage à travers les comportements qu'à travers l'expression (où

1. Sur le thème de l'identité des sexes cf. notamment Tap, 1985, Hutig et Pichevin, 1986, et Lorenzi-Cioldi, 1989.

elle n'apparaît que sous forme d'allusions et de plaisanteries). J'en donnerai un exemple assez typique : dans un groupe d'étudiants, vers la seizième séance, les participants ont décidé d'apporter un objet qui représente quelque chose d'important pour eux et de le présenter aux autres (cette activité semble traduire assez clairement le besoin d'individuation éprouvé à ce moment par la plupart d'entre eux). Les garçons ont choisi plutôt des objets « intellectuels » (livres, dés, objets d'art...) et en parlent sur un mode rationnel en détaillant les caractéristiques et l'intérêt de l'objet (le thème d'un livre, par exemple) ; les filles au contraire ont choisi des objets plus « affectifs » (peluche, bijoux, souvenirs...) et expriment surtout le lien émotionnel et sentimental qu'elles ont avec cet objet ; on a vraiment l'impression de deux discours parallèles se situant à des niveaux très différents. À la fin de la séance, une participante fait remarquer que tous les garçons se trouvent placés les uns auprès des autres, d'un même côté de la table ; cette disposition inhabituelle (et tout à fait improbable selon le seul hasard) frappe les participants. L'analyse fait ressortir que tous ces éléments expriment symboliquement la problématique du groupe à ce moment : une différence et une opposition entre une conception masculine et une conception féminine du fonctionnement groupal, la première privilégiant un discours rationnel et intellectuel, la seconde une expression émotionnelle et intime ; à l'arrière-plan se profile aussi un problème de pouvoir : lequel de ces deux sous-groupes, représentés chacun par un leader (un étudiant et une étudiante), ferait prévaloir ses valeurs sur l'autre.

Autre exemple : dans ce groupe la discussion porte explicitement sur les différences entre hommes et femmes, notamment dans la façon de s'exprimer ; Mathilde a lancé l'idée que les hommes seraient plus défensifs dans leurs attitudes, idée fortement contestée par la très grande majorité des participants des deux sexes : c'est complètement dépassé, ce sont des stéréotypes, le mode d'expression est une caractéristique purement personnelle, etc. À ce moment quelqu'un fait remarquer que tous les hommes ont les bras croisés sur leur poitrine !

Certains traits comportementaux semblent être plus caractéristiques d'un sexe ou de l'autre : la compétition pour le pouvoir apparaît, par exemple, plus explicitement chez les hommes, alors que la rivalité chez les femmes est plus indirecte et souvent déniée. Ce point est relevé par Maria qui explique : *« Il y a cette ambivalence, finalement, le fait que bon, entre filles, il y a vraiment une grande solidarité et puis, d'un autre côté, quand il y a un mec ou une place à prendre, tous les coups sont permis. En plus chez les filles, c'est plus sournois, des grands sourires par-devant et par-derrrière elles te cassent complètement. »*

On peut constater aussi, que si les femmes s'estiment assez généralement les égales de l'homme d'un point de vue intellectuel et idéologique, elles ont plus de peine, au niveau des conduites, à prendre des initiatives, à assumer un pouvoir, à occuper une fonction de leader ou à se la reconnaître.

Ainsi Estelle réfléchit sur sa position à l'égard des deux leaders du groupe Roland et Annie : « Peut-être est-ce vrai que je considère que l'homme représente avant tout le pouvoir et que par là même il ne se conteste pas, donc je ne peux qu'inconsciemment adhérer à ce que dira un homme surtout s'il se trouve en opposition à une femme. Tout ceci pour dire que je pense que dans certains cas j'aurais pu être contre Roland bien que je ne voulais pas le reconnaître et peut-être que ma peur d'Annie, ma « hargne » contre elle, n'est peut-être que de l'envie, car elle ose ce que moi je ne peux pas faire. Je lui en veux de pouvoir s'opposer à un homme. »

Ces résultats tirés de l'observation rejoignent certaines conclusions de recherches expérimentales : je citerai, par exemple, celles de M. Ehrlich et G. Vinsonneau (1988) :

On peut dire d'emblée que si en milieu intellectuel français le discours dominant dénie toute différence entre hommes et femmes, en situation intersexes la différenciation se rétablit déjà à travers les conduites d'attribution, bien qu'elle s'atténue par rapport au passé. Quant aux conduites réelles durant l'accomplissement d'une tâche, elles se caractérisent principalement par le solide maintien de la hiérarchie entre hommes et femmes : les premiers s'emploient à exercer le pouvoir au sein du groupe, tandis que les secondes expriment par rapport à eux des conduites de subordination.

Cela montre la persistance de certains traits attribués traditionnellement aux identités masculine et féminine.

Il apparaît que le thème de la différence et des relations entre sexes ne devient explicite que lorsque la phase d'individuation est bien installée. À ce stade, les participants peuvent exprimer des préférences, des attirances, des liens privilégiés. On peut voir se nouer alors des relations nettement érotisées mais qui le plus souvent ont tendance à se dissimuler dans le groupe et à se manifester au-dehors (ce qui confirme le caractère surmoïque que peut revêtir globalement le groupe dans l'imaginaire des participants)<sup>1</sup>.

### 10.3 Dialectique entre similitude et différence

J'ai souligné, dès l'introduction, que similitude et différence constituaient les deux pôles inséparables du phénomène identitaire. L'un ne prend sens que par rapport à l'autre dans une interaction où chaque tendance contribue à contrebalancer la tendance contraire, à la recherche d'un équilibre toujours changeant. C'est pourquoi l'on ne peut étudier l'un de ces processus indé-

1. Mais dans d'autres types de pratiques (comme les groupes travaillant sur la nudité), le groupe peut être vécu au contraire comme un lieu de permissivité et de réalisation des désirs, stimulant fortement la sexualisation des relations (cf. Lobrot, 1989).

pendamment de l'autre ; c'est la limite d'ailleurs de certaines recherches en psychologie sociale qui ont fait porter un accent exclusif, tantôt sur la conformisation, la normalisation, le consensus, tantôt sur la différenciation, la recherche de distinction, le conflit.

### 10.3.1 *L'influence du contexte*

Mais cette dialectique entre similitude et différence pour être pleinement intelligible doit être replacée dans le contexte de la situation où elle opère et des besoins auxquels elle répond. Ainsi J.-P. Codol souligne avec raison que « la quête de singularité est elle-même dépendante d'un déterminant plus général et plus puissant des comportements : l'affirmation d'une certaine image de soi » (1984, p. 522). En effet, ce que recherche avant tout le sujet, c'est de présenter à ses yeux et aux yeux des autres une image valorisante et de la voir reconnue et confirmée ; selon les circonstances, cet objectif peut être atteint soit par l'assimilation, soit par la différenciation, ou les deux simultanément.

Cependant, il peut exister aussi des situations où même cette visée de valorisation est mise en défaut. Comme Erikson l'a montré, à travers la notion d'identité négative, l'individu peut s'identifier dans certains cas à des rôles et types stigmatisés, jugés indésirables, dévalorisants ou dangereux ; ce choix d'une identité négative représente bien sûr une tentative désespérée pour trouver une identité et s'adapter à un contexte dans lequel les modèles d'identification positifs semblent inaccessibles ou interdits. C'est la voie choisie, par exemple, par certains adolescents qui expriment ainsi leur révolte contre les idéaux excessifs imposés par des parents rigides et perfectionnistes. Comme l'analyse Erikson, il s'agit alors pour eux de la seule issue pour être quelqu'un :

Plus d'un grand adolescent, malade ou désespéré, s'il est confronté à un conflit sans fin préférerait n'être personne ou quelqu'un de totalement mauvais ou même mort [...] plutôt que de n'être pas tout à fait quelqu'un (1972, p. 174).

Il y a donc une interaction étroite entre les besoins identitaires, les caractéristiques de la situation et les stratégies d'assimilation ou de différenciation.

### 10.3.2 *Risques et profits*

Ces stratégies peuvent être aussi envisagées, dans la perspective de la théorie des jeux, comme tendant soit à minimiser les risques (de perte de la face, de dévalorisation, de rejet...), soit à maximiser les profits narcissiques (par la valorisation, la reconnaissance, l'inclusion, la maîtrise, la gratification...).

Ainsi la similitude n'est recherchée que si elle permet de neutraliser certains risques et de remplir une fonction de sécurisation.

Hervé essaie, après coup, de réfléchir sur la « discrétion » de sa présence dans le groupe : « Mon attitude n'est-elle pas due à la crainte inconsciente que ce que j'amène ne fasse pas écho ou même soit rejeté ? C'est risquer une blessure narcissique que j'ai peur de ne pouvoir supporter. Ma logique de fonctionnement est alors de ne pas trop me distinguer, de rester quelque peu indifférencié. On y perd en reconnaissance de soi, des autres, mais peut-être moins que si les autres vous rejettent. »

La similitude est recherchée aussi dans le cas où elle est gratifiante, où elle conduit à une identification à des personnes ou à des groupes valorisés, ayant une position prestigieuse et enviée. La différenciation peut alors jouer au sein même de l'identification dans la position du « *primus inter pares* » analysée par J.-P. Codol (1979). On retrouve là d'ailleurs des conclusions qu'avait dégagées déjà R. Ziller, à savoir que l'individuation est surtout désirable dans un climat social favorable, entraînant un « confort » psychologique, alors que l'anonymat semble préférable lorsque l'individu se sent exposé à des dangers.

Il y a aussi une question d'équilibre : une trop grande similitude peut être mal acceptée, surtout quand ce sont les autres qui la soulignent et que c'est autrui qui apparaît comme modèle (il n'est jamais valorisant de paraître « singer » quelqu'un, même s'il s'agit d'une personnalité prestigieuse) ; dans ce cas, elle provoque une tentative de différenciation, comme R. Zazzo l'a montré dans l'exemple des jumeaux. D'autant que, dans notre culture, il y a une valorisation forte de l'individualisme, de l'originalité et de la singularité.

Mais à l'inverse, le sentiment d'une trop grande différence peut provoquer l'insécurité et la peur de la déviance, de la marginalité et de l'exclusion. Or l'affirmation de soi et l'individuation sont souvent ressenties subjectivement, surtout si le sujet n'est pas très sûr de lui, comme une marque de différenciation, d'autant que plusieurs recherches (Codol, 1984) semblent montrer que « les individus ont tendance à surestimer la différence perçue entre eux-mêmes et les autres »

Claire : « Pourquoi parler de soi dans le groupe est-il si difficile (“m'est-il” devrais-je dire, mais je crois que je ne suis pas la seule) ? Je pense que c'est parce que je révèle alors aux autres ce qui m'est le plus personnel, ce à quoi je tiens le plus puisque c'est “moi” et que c'est ce qui me rend complètement différente des autres ; mais cette différence, comment vont-ils la recevoir ? Vont-ils la comprendre ou la rejeter ? J'ai l'impression d'être à cet instant très vulnérable, de prendre un risque très grand, que je n'arrive pas très bien à expliquer, tant la crainte et le malaise que j'éprouve alors me semblent, après coup, disproportionnés. »

La conclusion est qu'il est plus facile d'être différent quand on l'est avec des semblables (c'est l'exemple de l'excentricité des *punks* qui n'est telle

que par rapport aux « autres » et s'affiche surtout en groupe ; à l'intérieur des groupes punks, c'est au contraire le plus grand mimétisme qui règne).

L'affirmation de soi, l'individuation, s'accompagne donc souvent de la peur de se distinguer, de se « mettre en avant », de « prendre trop de place », de « ne pas intéresser les autres ».

Anne est au centre de la vie du groupe depuis quelques séances : c'est elle qui initie et anime les discussions et les échanges ; elle finit par exprimer un sentiment de malaise : « *Je me sens fatiguée ; je vous assure que ce rôle ne m'est pas agréable ; j'ai l'impression que je parle trop, que je prends trop de place et que j'empêche les silencieux de prendre la parole et d'exister* » ; son sentiment est certainement d'autant plus fort que la place qu'elle occupe n'est pas légitimée par un statut.

La position du « silencieux » apparaît comme un exemple intéressant pour illustrer la dialectique de l'indifférenciation et de la distinction. Initialement, son retrait semble un moyen de se fondre dans le groupe et de garder l'anonymat. Mais lorsque la plupart des participants ont pris la parole, son mutisme différencie le silencieux et attire l'attention sur lui. Son attitude a donc un résultat paradoxal et va à l'encontre du but visé. Il peut alors changer de stratégie : plutôt que de se reconnaître en défaut et inférieur au niveau de la parole, il essaie de changer de plan de comparaison et de s'affirmer semblable dans la participation.

Didier en réponse à une interpellation sur son silence : « *Bien sûr, je ne parle pas beaucoup, mais ça veut pas dire que je ne participe pas ; je pense que la communication non verbale est aussi importante sinon plus que la parole, et puis il y a l'écoute, on peut participer par l'écoute, c'est même fondamental*<sup>1</sup>. »

Ainsi, dans l'expérience groupale, la recherche de similitude apparaît plutôt sur le versant de la défense (contre l'insécurité et le désir de distinction...) et la différenciation sur le versant du désir (désir d'affirmation, de valorisation, de gratification narcissique...). Elles situent donc l'identité au sein d'une dynamique psychologique toujours mouvante et plus ou moins conflictuelle, de même qu'elles participent d'une tension entre l'individuation et la socialisation, la distinction et la conformité.

---

1. Lemaire (1966) et Kastersztein (1990) ont particulièrement mis en lumière et étudié l'« incomparabilité » comme stratégie identitaire.



## CONCLUSION

---

### Expérience groupale et évolution personnelle

L'expérience groupale est une expérience forte et originale. Elle laisse le plus souvent une impression profonde chez ceux qui l'ont vécue. Je l'ai traversée de très nombreuses fois, d'abord comme participant puis comme animateur. J'ai eu rarement le sentiment d'en avoir épuisé l'intérêt ou de m'y ennuyer. J'y ai connu des relations vraies, des émotions intenses, des prises de conscience éclairantes. J'en ai tiré une meilleure compréhension de mes réactions, de mes comportements et de ceux des autres.

Elle m'a permis de découvrir beaucoup de ce que je sais sur la communication, les relations interpersonnelles, les processus de groupe. Déjà Kurt Lewin, l'inventeur du *T-group*, avait été frappé par les potentialités extrêmement riches de la démarche du « groupe centré sur le groupe » et notamment par son caractère formateur. Carl Rogers y voyait une des inventions les plus puissantes du *xx<sup>e</sup>* siècle et un moyen particulièrement efficace d'évolution personnelle.

En effet, cette expérience peut avoir une double visée. D'une part une visée de formation : elle permet d'acquérir une compréhension concrète et poussée des relations intersubjectives, des interactions sociales et des caractéristiques des petits groupes. D'autre part, elle peut aider aussi au développement personnel : il faut entendre par là une capacité accrue à vivre les relations interpersonnelles et sociales de façon plus satisfaisante ; une prise de conscience de ce qui perturbe les communications avec autrui ; un dépassement des difficultés et des blocages ressentis dans l'expression et l'affirmation de soi.

Il apparaît dans la réalité que ces deux objectifs sont étroitement imbriqués. L'acquisition d'un savoir passe par la capacité d'apprendre à travers

l'expérience vécue (et donc de s'impliquer dans cette expérience) ; et le développement personnel suppose, pour une part importante, la prise de conscience et la compréhension de ce qui s'y joue. Comme le souligne une participante : « La dynamique de groupe est une très bonne expérience sur le plan personnel car comprendre les processus de communication à l'intérieur d'un groupe, c'est aussi se comprendre mieux soi-même, en essayant d'analyser nos réactions, nos attitudes vis-à-vis des autres membres. Je pense également qu'en se connaissant mieux soi-même, on arrive à mieux connaître les autres. »

Jusqu'ici nous avons abordé l'expérience groupale comme une sorte de laboratoire pour mieux comprendre les interactions complexes entre le sentiment d'identité et la communication sociale. Ce sont maintenant les effets induits par cette expérience chez les participants que je voudrais évoquer, en mettant donc l'accent sur sa dimension évolutive.

## **Dynamique groupale et révision du processus identitaire**

Le groupe est un lieu d'expérience et d'apprentissage qui mobilise fortement la conscience de soi. S'il l'amène à évoluer, c'est qu'il est animé d'une dynamique propre, à laquelle tous les observateurs sont sensibles et qui exerce un effet d'entraînement sur les participants :

Dès qu'un groupe est formé, il y a une interaction inévitable entre les membres et on sent parmi eux un besoin de prendre contact de plus en plus, d'établir un terrain de plus en plus commun, d'élargir leur compréhension des autres et de mieux se comprendre eux-mêmes. Ces forces tendent toutes à établir la communication qui, à son tour, ouvre la porte à de nouvelles possibilités de contact et de nouveaux terrains de compréhension (Foulkes et Antony, 1970, p. 307).

Les participants ressentent ce processus dynamique de manière ambivalente : à la fois comme une vague qui les soutient et les pousse, mais aussi comme un courant dont ils n'ont pas la maîtrise et qui peut les entraîner loin des repères familiers : « Même s'il y avait un désir d'évolution chez les gens, n'étions-nous pas entraînés malgré nous dans un processus évolutif ? De sorte que nous "faisions partie" d'un phénomène mais qu'en même temps, celui-ci nous échappait conservant sa vie propre », note Bénédicte.

Il s'instaure une résonance et une interaction profondes entre les processus de groupe et les mécanismes individuels, ce qui suscite un effet d'écho et d'amplification. Ce phénomène est bien saisi par Catherine qui en éclaire une des dimensions : « Cette séance m'a beaucoup apporté parce qu'elle a montré comment les défenses d'un groupe pouvaient être levées quand un individu s'en fait le porte-parole et qu'en traitant le conflit ressenti par un membre de celui-ci on pouvait traiter un conflit collectif. »

On constate donc une sorte d'homologie entre le processus groupal et la dynamique identitaire personnelle.

L'un de ceux qui a le mieux décrit et analysé cette évolution dynamique, à travers le groupe, de la conscience de soi et de ses manifestations est certainement C. Rogers (1973). Il montre que, dans les débuts de l'expérience, ce sont les mécanismes de défense et le soi social qui occupent le premier plan ; jusqu'à ce que s'instaure une communication plus authentique :

Alors, au fur et à mesure que les participants se mettent à explorer, à approfondir, avec crainte et hésitation, les sentiments qu'ils éprouvent et les attitudes qu'ils adoptent les uns à l'égard des autres ou à l'égard d'eux-mêmes, il devient évident que ce qu'ils avaient montré d'eux-mêmes au début n'était que masques et façades (1973, p. 8).

Peu à peu s'expriment plus directement les sentiments réels et les personnes réelles : « Le contraste entre la coquille externe et la personne intime devient de plus en plus apparent. » Quand s'établit un climat de confiance, les membres du groupe peuvent explorer et accepter les différentes facettes de leur identité et s'engager dans un processus de changement vers une meilleure individuation et une plus grande authenticité :

Dans un groupe de ce genre, l'individu en vient donc à se connaître lui-même et à connaître les autres plus complètement que cela ne lui est généralement possible dans ses relations sociales ou professionnelles. Il acquiert ainsi une intelligence profonde de son moi intime et de celui des autres, de ce « moi » qui d'habitude s'abrite derrière une façade (*id.*, p. 9).

L'évolution décrite par C. Rogers est d'une grande justesse et peut se vérifier dans la plupart des expériences de groupe de style non directif pourvu qu'elles aient une certaine durée. L'opposition qu'il souligne entre la « façade » et la personne intime est une donnée phénoménologique d'observation ; cependant, j'y apporterais quelques nuances. L'identité sociale ne peut être réduite seulement à un « masque ». S'il est vrai que dans une situation inconnue et anxiogène elle tend souvent à prendre une valeur défensive, à se rigidifier et à adopter une tonalité conformiste, elle constitue aussi une des dimensions importantes de l'identité personnelle. Comme nous l'avons souligné, le rôle social n'est pas seulement un modèle extérieur stéréotypé : c'est aussi la face interactive du moi et l'expression socialisée de la personnalité ; il y a de multiples manières d'interpréter un rôle et l'expérience groupale peut aider les participants à développer un moi social plus souple, plus autonome, capable de s'adapter de façon plus créative aux différentes situations.

Cependant, si Rogers a décrit avec beaucoup de sensibilité et de finesse la dynamique identitaire propre à l'expérience groupale, il dit peu de chose des processus psychiques qu'elle implique.

C'est, à mon sens, la perspective psychanalytique qui éclaire le mieux les mécanismes psychodynamiques qui sous-tendent l'évolution que l'on vient de retracer rapidement.

Avec elle, on peut avancer l'hypothèse que l'expérience groupale instaure un processus de régression-progression. Les difficultés objectives de communication en groupe, auxquelles s'ajoute l'impression subjective d'une menace pesant sur l'individualité de chacun, entraînent en effet un mouvement régressif qui tend à renvoyer les participants aux différents stades du développement à travers lesquels s'est constitué leur sentiment d'identité. Ainsi s'opèrent une réactualisation et une sorte de « révision » des principales étapes et des principaux mécanismes qui ont marqué pour chacun la formation de l'identité<sup>1</sup>. Révision est pris ici dans le double sens de répétition (comme lors de la révision d'un programme) et de modification (la révision d'un procès) ; car c'est en percevant la signification de certains mécanismes répétitifs, dans le vécu de l'expérience, qu'il est possible d'agir sur eux et de les modifier<sup>2</sup>.

Ce travail sur les fondements inconscients du sentiment d'identité et sur les différentes étapes de sa constitution s'inscrit dans une orientation actuelle importante de la psychanalyse. Cette orientation, dont D. Winnicott a certainement été le principal initiateur, tend à souligner le caractère fondamental de la conscience de soi, du sentiment d'existence et de la consistance identitaire dans le développement de la personnalité. À côté de l'approche freudienne classique mettant l'accent sur le destin des pulsions et sur les conflits qu'elles engendrent, elle met en lumière le rôle essentiel que joue le sentiment d'identité dans l'équilibre psychique. Cette orientation rejoint l'intérêt porté aujourd'hui aux troubles de la personnalité, aux problématiques narcissiques et aux états-limites dans lesquels ce sont les défauts de la construction identitaire qui sont au premier plan. Elle a trouvé un appui solide dans les travaux du courant américain de la *Self Psychology* dont Heinz Kohut et Otto Kernberg sont les représentants les plus éminents. Ce courant s'est efforcé d'articuler les perspectives psychanalytiques classiques, attachées aux conflits liés à la sexualité, aux développements postérieurs qui se sont fondés sur les travaux de M. Balint, de M. Klein, de D. Winnicott concernant les relations d'objet primaires et les stades archaïques de la constitution du soi.

- 
1. On pourrait ainsi repérer dans l'évolution des groupes des étapes correspondant aux différents stades du développement de l'identité mis en lumière par la psychanalyse et notamment un stade schizoparanoïde, un stade dépressif (M. Klein), un stade oral, anal et phallique (Freud), un stade du miroir (Lacan), ou un stade du non (Spitz), etc.
  2. L'hypothèse formulée ici rejoint d'assez près le point de vue exprimé par A. Béjarano (in Anzieu *et al.*, 1972, p. 112) : « La *situation groupale*, mettant tout l'appareil psychique en résonance [...], suscitant ainsi la régression comme mécanisme de défense qui déclenche tous les autres (clivages, etc.) *réactualise* de façon aiguë les *étapes de structuration du moi* et donc du sentiment d'identité (avec les remaniements qui pourraient en résulter). »

Il n'a pas été sans retentissement sur la pratique thérapeutique qui s'est axée de plus en plus sur l'intégration du soi et les perturbations qui l'entravent. Dans cette optique, les démarches de groupe prennent toute leur valeur car elles se prêtent tout particulièrement à cette forme de travail (cf. Marc, 2002, notamment le chap. 3).

## Les remaniements dans la perception de soi

Si la dynamique propre à l'expérience groupale tend donc par elle-même à créer les conditions favorables à un certain réaménagement de la conscience de soi, encore faut-il préciser les mécanismes sociocognitifs par lesquels s'opère ce réaménagement. Ces mécanismes sont, bien sûr, intrapsychiques mais impliquent toujours l'interaction avec autrui, telle qu'elle est subjectivement perçue et vécue.

Ce que les participants « découvrent » le plus fréquemment c'est à quel point la perception d'eux-mêmes inclut l'autre et les jugements qui lui sont attribués.

Michel : « Dans mon expérience de dynamique, ma propre image a été profondément influencée par la façon dont j'imaginai que les autres me percevaient. Cependant, je voudrais préciser que cette sensation s'est amoindrie tout au long des séances. Ce que je veux dire par là, c'est que la situation m'a permis d'ôter en quelque sorte un certain "masque social". Cette expérience [...] fut d'une certaine manière sensibilisatrice et privilégiée ; elle m'a permis une certaine mise en question de mon identité... »

La notion d'image de soi dans le regard d'autrui est centrale dans cette prise de conscience. Elle comporte deux dimensions étroitement liées : l'importance que revêt pour le sujet la recherche de reconnaissance et de confirmation de soi, à travers une image socialement « conforme » et valorisée ; et le fait que, dans cette quête, le jugement d'autrui est largement intériorisé et anticipé. Cela conduit le sujet à projeter sur la relation à autrui un « imaginaire » marqué notamment par les formes de « relations d'objet », par les idéaux, les interdits et les valeurs acquis tout au long de son histoire. De ce fait le sentiment d'identité propre et la perception de l'autre s'ancrent autant dans le registre de l'imaginaire que dans celui de la réalité sociale.

En confrontant le jugement projeté sur autrui à l'image que les autres ont effectivement d'eux, les participants arrivent à se distancier de ce rapport imaginaire et à se réapproprié comme leur le regard attribué à autrui.

Renée : « J'ai toujours été très timide et persuadée que les gens ne pouvaient avoir qu'une image négative de moi, ce qui entretenait ma peur et justifiait ma timidité. C'est là que cette dynamique de groupe m'a été très

utile ; elle m'a permis de m'apercevoir que cette vision négative, ce n'est pas les autres qui l'avaient mais moi-même. Tout se passe dans ma tête ; c'est moi qui prête ce jugement aux autres parce que c'est celui que j'ai moi-même sur moi. Tout cela paraît, bien sûr, évident mais ça a été pour moi une grande découverte et ce simple changement de point de vue a fait bouger pas mal de choses. »

Le mouvement de dégagement par rapport à l'imaginaire et à la projection permet une meilleure séparation entre ce qui appartient à soi et à autrui et entraîne donc un sentiment d'identité plus consistant. Il favorise aussi la communication avec les autres en la rendant moins angoissante : « Paradoxalement, souligne M. Pagès, l'expérience de la séparation nous relie aux autres ; elle nous fait découvrir les autres comme êtres séparés et notre solidarité avec eux » (1968, p. 319).

Une fois profondément reconnues la séparation et la différenciation entre soi et autrui, la relation avec les autres perd une partie de son caractère fantasmatique et menaçant. Elle échappe à la fascination de la fusion ou à l'angoisse de l'intrusion et de l'envahissement (« se faire bouffer », « perdre son autonomie », « être mis à nu », « être dépossédé de soi »). L'autre étant vécu comme distinct de soi peut alors offrir un miroir où se découvrir aussi comme semblable. D'abord parce qu'à travers lui on peut faire l'« expérience indirecte » de ses propres attitudes ; retrouver dans ses comportements, ses réactions, des comportements et des réactions qui sont aussi les siens (« Ah, insensé qui croit que je ne suis pas toi »).

D'autre part, la confrontation avec les images renvoyées par autrui permet souvent une réévaluation de sa propre perception de soi dans le sens d'un plus grand « réalisme ».

Jean-Pierre : « Alors que j'avais peur des jugements que les membres du groupe pouvaient porter sur moi, j'ai eu la bonne surprise de constater qu'ils étaient souvent plus positifs à mon égard que je ne l'étais moi-même. Ça m'a donné une meilleure image de moi et une plus grande confiance. »

En effet, comme le souligne justement P. Mussen (1980, p. 14), « l'évaluation correcte par autrui des capacités propres à un individu a une valeur considérable pour le bon fonctionnement et la formation du sentiment d'identité ».

C'est donc en s'acceptant différent et se reconnaissant comme semblable que chacun peut accéder à un sentiment d'identité plus stable, base d'une meilleure communication avec l'autre :

Pour qu'un moi puisse rencontrer un toi, il faut qu'ils se reconnaissent mutuellement comme sujets, c'est-à-dire respectent leurs singularités, surmontent l'angoisse qui peut naître de la prise de conscience de cette altérité, par le sen-

timent qu'il existe néanmoins une possibilité de se reconnaître en l'autre (Rossier, 1972, p. 186).

D'une certaine façon, la stabilité de l'identité favorise l'adaptation et le changement. Quand on acquiert une certaine sécurité dans l'image que l'on a et que l'on donne de soi, on gère mieux les « identités situationnelles » que suscite la diversité des communications sociales et des images qu'elles renvoient. C'est lorsqu'on se sent un que l'on peut s'accepter multiple.

## Affirmation de soi et authenticité

C'est donc l'interaction avec les autres, à l'intérieur d'un cadre qui permet l'expression libre et la métacommunication, qui peut être à l'origine de remaniements dans la perception et le sentiment de soi.

Ces remaniements portent d'abord, comme on vient de le voir, sur l'image de soi ; en termes psychologiques, ils se traduisent notamment par une réduction de la distance entre le soi perçu et le soi conçu, entre l'image du moi vécu et l'idéal du moi.

Pascale : « Je me suis rendu compte que j'oscillais constamment entre une image de moi "rêvée", où je me vois parée de toutes les qualités, et le sentiment de ce que je suis dans la réalité où j'ai l'impression que je ne suis pas "à la hauteur", que je n'"assure" pas, comme on dit ; ce qui fait que je me déprécie totalement. Je vois mieux que c'est ce désir d'être sans failles qui entraîne cette vision négative de ce que je suis... »

Les deux aspects, on le constate, se renforcent mutuellement : un idéal du moi élevé sert de défense contre le sentiment d'un moi fragile, mais, en même temps, il accentue l'écart entre ce que le sujet voudrait être et la façon dont il se ressent. C'est souvent à travers une meilleure acceptation de soi par la médiation des images renvoyées par les autres (à condition que la communication soit sécurisante et authentique) que le sujet peut réduire cet écart.

Les remaniements touchent aussi à l'équilibre interne entre les forces d'expression et d'affirmation de soi, d'un côté, et les défenses et forces de répression de l'autre. La prise de conscience du caractère imaginaire et fantasmatique des peurs et des angoisses qui alimentent les mécanismes de défense entraîne leur assouplissement et la levée des inhibitions à l'expression de soi ; là aussi, le sujet en retire un sentiment plus consistant de lui-même, à mesure que s'atténue la crainte et la culpabilité.

Ce mouvement s'effectue notamment à travers une perception à la fois plus souple et plus ferme de ses limites. Les participants peuvent faire l'apprentissage, à travers la prise de conscience de leur dépendance, d'une plus grande liberté et d'une plus grande autonomie : « Le groupe peut rendre dépendant, écrit Sophie, par souci de plaire, d'être accepté ; mais il peut

également nous aider à nous affranchir de cette dépendance. Lorsqu'on prend le risque de s'exprimer, les autres répondent à notre appel et je crois qu'on apprend à se sentir accepté avec sa différence, avec ses propres désirs. » Ils demeurent plus capables aussi de poser leurs limites, notamment à l'égard de l'emprise et du désir des autres.

Emmanuelle explique qu'il a été très important pour elle d'apprendre à ne pas subir la contrainte des autres, à se sentir « responsable » d'elle-même : « L'idée de responsabilité, de limites, intervient là, comme un garde-fou. En effet, on est responsable si on peut cerner, accepter, respecter ses propres limites. »

Effectivement, la réévaluation de soi passe souvent par l'acceptation de ses limites, non plus comme une fatalité subie mais comme une connaissance de soi assumée. C'est par là, pour reprendre une formule fameuse, souvent utilisée par C. Rogers (et empruntée au philosophe Scheller), que je peux « devenir ce que je suis ». Cependant l'acceptation de soi n'est pas la résignation à l'immobilité. Tout au contraire, par un paradoxe que Rogers encore avait bien saisi, « c'est au moment où je m'accepte tel que je suis que je deviens capable de changer ».

Quand les entraves à l'affirmation de soi se dénouent, on peut constater que le désir d'une telle affirmation existe chez chacun ; de même on constate l'aspiration à pouvoir laisser s'exprimer son soi intime, à condition que l'autre ne soit pas ressenti comme menaçant et manifeste une attitude de compréhension et d'accueil.

Christine : « Pourquoi l'authenticité apporte-t-elle du plaisir, l'impression d'une bonne communication ? Selon moi, ce qui peut faire obstacle à l'authenticité, c'est la peur de se dévoiler aux autres et donc d'être plus vulnérable à leurs attaques. L'authenticité apporte du plaisir à la communication car elle permet de passer au-delà de ces barrières imaginaires là où le danger et la peur sont écartés. »

Ainsi l'expérience groupale peut amener les participants (au moins ceux qui souhaitent s'engager dans cette voie) à une plus grande authenticité dans l'expression et la connaissance d'eux-mêmes et à une meilleure individuation. Non parce qu'il s'agirait d'un but fixé *a priori* ou suggéré par l'animateur en fonction d'une idéologie particulière ; mais parce que cet objectif se révèle, au sein même de l'expérience, comme la visée et l'aspiration profondes de la plupart des participants.

On constate aussi que lorsque s'affermir le sentiment d'identité, le sujet ressent la communication avec autrui comme plus facile, plus stimulante et plus riche.

Voilà quelques observations et quelques échos quant aux effets de l'expérience groupale sur la conscience qu'ont d'eux-mêmes les participants. Ces effets sont-ils transposables dans la vie quotidienne et sont-ils durables ? De

nombreux témoignages des intéressés laissent penser que ce type d'expérience peut avoir un impact profond et non éphémère.

Au départ pourtant, les participants ont plutôt tendance à souligner le caractère « artificiel » de la situation. Par la suite, le lien entre les expériences dans le groupe et hors du groupe apparaît clairement pour la plus grande majorité ; pour certains participants, cependant, ce lien n'est pas évident ; il s'agit en général de ceux qui ont eu le plus de difficulté à saisir le sens de cette démarche et à s'y impliquer.

François note : « J'ai toujours du mal à considérer le groupe, tel qu'il était, comme représentatif de ce qui peut se passer dans les interactions sociales [...] il reste donc à savoir pour moi, si les "conclusions" qui se sont construites pendant le suivi du groupe peuvent être transposées dans le champ social naturel. »

Soulignons d'ailleurs que cette question est tout à fait pertinente et que même si l'on part de l'hypothèse qu'une certaine transposition est possible, il faut aussi en marquer les limites : pour en donner un exemple, l'expérience groupale met largement entre parenthèses les aspects proprement sociaux et institutionnels des relations interpersonnelles.

Mais, à mesure qu'ils s'y impliquent, les participants perçoivent mieux combien elle les amène à vivre et à comprendre des mécanismes qui opèrent constamment dans les interactions sociales hors du groupe.

Dans ce sens le témoignage d'Hélène est assez représentatif de ce qu'ils peuvent éprouver, lorsque l'expérience est suffisamment engagée : « Avant j'avais tendance à faire une coupure très nette entre ce qui se passait dans le groupe et ce qui se passait à l'extérieur ; mais maintenant cette coupure existe de moins en moins ; je sens que tout ce que je vis ici a une influence directe, sans que je le recherche vraiment d'ailleurs, sur ce que je vis au-dehors, dans mon travail, dans ma famille, dans mes relations avec mes amis. Parce que ce qui m'apparaît aujourd'hui le plus important pour moi, c'est ce que le groupe m'amène à découvrir sur moi-même, sur la manière dont je me perçois, dont je me comporte, et dont je communique avec les autres. En même temps ça me permet de mieux comprendre les autres, leurs attitudes, leurs réactions et leurs comportements à mon égard. »

Ainsi, la spécificité du cadre, qui pourrait en faire un espace marginal, déconnecté de la quotidienneté, sert en fait de révélateur aux aspects les plus vrais de la dynamique identitaire dans son rapport à la communication interpersonnelle. Elle permet d'explorer les différentes dimensions de la conscience de soi dans ses relations à autrui et d'y introduire plus de jeu et plus de liberté, pour les participants qui en acceptent le risque.

Et pour clore (provisoirement) cette exploration à la recherche de l'identité, je voudrais donner une dernière fois la parole à l'un d'eux :

« Maintenant que cette dynamique de groupe est finie, je regarde avec étonnement le long et difficile chemin qu'il m'a fallu parcourir pour parvenir jusqu'à moi. Mais est-on jamais arrivé ? »

## BIBLIOGRAPHIE

---

- ABOU D. (1978). *Liban déraciné*, Paris, Plon.
- ADLER A. (1992). *Le Tempérament nerveux*, trad. fr. Paris, Payot.
- AEBISCHER V., OBERLÉ D. (1990). *Le Groupe en psychologie sociale*, Paris, Dunod.
- AEBISCHER V., DECONCHY J.-P. (1990). *Idéologies et représentations sociales*, Fribourg, Delval.
- ALLPORT G. et al. (1971). *Psychologie existentielle*, trad. Paris, Épi.
- ANDRÉ C., LELORD F. (2002). *L'Estime de soi*, Paris, Odile Jacob.
- ANGELERGUES R., ANZIEU D., BOESCH E., BRÈS Y., PONTALIS J.-B., ZAZZO R. (1975). *Psychologie de la connaissance de soi*, Paris, PUF.
- ANZIEU D. (1975). *Le Groupe et l'Inconscient*, Paris, Dunod.
- ANZIEU D. (1985). *Le Moi-peau*, Paris, Dunod.
- ANZIEU D. et al. (1972). *Le Travail psychanalytique dans les groupes*, Paris, Dunod.
- ANZIEU D. et al. (1974). *L'Attachement*, Neuchâtel, Delachaux & Niestlé.
- ARIÉTI S. (1967). *The Intrapsychic Self*, New York, Basic Books.
- AUBERT N., PAGÈS M. (1989). *Le Stress professionnel*, Paris, Klincksieck.
- BALINT M. (1971). *Le Déficit fondamental*, Paris, Payot.
- BANDURA A., (2002). *Auto-efficacité. Le sentiment d'efficacité personnelle*, De Boeck Université.
- BARUS-MICHEL J. (1987). *Le Sujet social*, Paris, Dunod.
- BAUGNET L. (2001). *Métamorphoses identitaires*, Bruxelles, P.I.E. Peter Lang.
- BEAUVOIS J.-L., DUBOIS N., DOISE W. (éd.) (1999). *La Construction sociale de la personne*, Grenoble, PUG.
- BERNARD J., BESSIS M., DEBRU C. (sous la dir. de) (1990). *Soi et non-soi*, Paris, Le Seuil.
- BERNE E. (1975). *Des jeux et des hommes*, Paris, Stock (pour la trad. fr.).

- BETTELHEIM B. (1969). *Les Enfants du rêve*, Paris, Laffont (pour la trad. fr.).
- BETTELHEIM B. (1972). *Le Cœur conscient*, Paris, Laffont (pour la trad. fr.).
- BIANCHI H. (1990). *L'Identité psychosomatique*, Paris, Aubier.
- BION W. R. (1965). *Recherches sur les petits groupes*, Paris, PUF (pour la trad. fr.).
- BOESCH E. (1980). Action et objet, in P. Tap, 1980b.
- BOLOGNINI M., PRÊTEUR Y. (sous la dir.) (1998). *Estime de soi. Perspectives développementales*, Delachaux et Niestlé.
- BOWLBY J. (1978). *Attachement et perte*, Paris, PUF (pour la trad. fr.).
- CAÏN J. (1977). *Le Double Jeu. Essai psychanalytique sur l'identité*, Paris, Payot.
- CAMILLERI C., COHEN-EMERIQUE M. (1989). *Chocs de cultures*, Paris, L'Harmattan.
- CAMILLERI et al. (1990). *Stratégies identitaires*, Paris, PUF.
- CANDAU J. (1998). *Mémoire et identité*, Paris, PUF.
- CASTORIADIS-AULAGNIER P. (1975). *La Violence de l'interprétation*, Paris, PUF.
- CHABROL C. (1990). « Réguler la construction de l'identité du sujet du discours », in A. Berrendonner et H. Parret (éd.), *L'Interaction communicative*, Berne, Peter Lang.
- PARRET H. (1985). *Éléments des psychosociologies du langage*, thèse de doctorat d'État, université de Paris-X.
- CHAUVIER S. (2001). *Dire « je »*. *Essai sur la subjectivité*, Paris, Vrin.
- CHAPELLE G. (coord. par) (2004). *Le Moi. Du normal au pathologique*, Auxerre, éd. Sciences humaines.
- CODOL J.-P. (1979). *Semblables et différents, Recherches sur la quête de la similitude et de la différenciation sociale*, thèse de doctorat d'État, université de Provence.
- CODOL J.-P. (1980). « La quête de la similitude et de la différenciation sociale », in P. Tap (sous la dir. de), *Identité individuelle et personnalisation*, Toulouse, Privat.
- CODOL J.-P. (1984). « Différenciation et indifférenciation sociale », *Bulletin de psychologie*, t. XXXVII, n° 365.
- COSTALAT-FOUNEAU A.-M. (1997). *Identité sociale et dynamique représentationnelle*, Rennes, PUR.
- DAMASIO A. (1999). *Le Sentiment même de soi*, Paris, Odile Jacob.
- DANTZER R. (1988). *Les Émotions*, Paris, PUF.
- DEGIOVANNI A. et al. (1980). *Psychopathologie et identité*, Paris, Masson.
- DESCHAMPS J.-C. (1977). *L'Attribution et la Catégorisation sociale*, Berne, Peter Lang.
- DEVEREUX G. (1972). *Ethnopsychanalyse complémentariste*, Paris, Flammarion (pour la trad. fr.).
- DIEL P. (1991). *Psychologie de la motivation*, Paris, Payot.
- DOISE W., DESCHAMPS J.-C., MUGNY G. (1978). *Psychologie sociale expérimentale*, Paris, A. Colin.
- DOISE W., LORENZI F. (1990). « L'identité comme représentation », in *Idéologies et représentations sociales*, Fribourg, Delval.
- « Dynamique personnelle et identités sociales », numéro spécial, *Revue internationale de psychologie sociale*, n° 2, 1988.
- DUBAR C. (2000). *La Crise des identités. L'interprétation d'une mutation*, Paris, PUF.

- EHRENBERG A. (1995). *L'Individu incertain*, Paris, Calmann-Lévy.
- EHRENBERG A. (1998). *La Fatigue d'être soi. Dépression et société*, Paris, Odile Jacob (rééd. 2000).
- EHRLICH M., VINSONNEAU G. (1988). « Représentation différentielle des sexes », *Bulletin de psychologie*, XLI, n° 387.
- ERIKSON E. (1960). *Enfance et société*, Lausanne, Delachaux & Niestlé.
- ERIKSON E. (1972). *Adolescence et crise. La quête de l'identité*, Paris, Flammarion.
- FERRET S. (1993). *Le Philosophe et son scalpel. Le problème de l'identité personnelle*, Paris, Éd. de Minuit.
- FERRET S. (éd.) (1998). *L'Identité*, Paris, GF-Flammarion.
- FLAHAUT F. (1978). *La Parole intermédiaire*, Paris, Le Seuil.
- FLORENCE J. (1978). *L'Identification dans la théorie freudienne*, Bruxelles, Faculté universitaire Saint-Louis.
- FOURCADE J.-M. (1997). *Les Patients limites*, Paris, Desclée de Brouwer.
- FREUD S. (1969). *La Vie sexuelle*, Paris, PUF (pour la trad. fr.).
- FREUD S. (1970a). *Essais de psychanalyse*, trad. fr., Paris, Payot.
- FREUD S. (1970b). « Psychologie collective et analyse du moi », in *Essais de psychanalyse*, Paris, Payot.
- FREUD S. (1971a). *Malaise dans la civilisation*, trad. fr., Paris, PUF.
- FREUD S. (1971b). *Nouvelles Conférences sur la psychanalyse*, Paris, Gallimard, coll. « Idées ».
- FROMM E. (1976). *Avoir ou être ?*, Paris, Laffont, trad. fr. 1978.
- GAULÉJAC V. (DE) (1996). *Les sources de la honte*, Paris, Desclée de Brouwer.
- GAULÉJAC V. (DE) (2002). « L'identité », in *Vocabulaire de la psychosociologie*, Ramonville Ste-Agne, Érès,
- GAULÉJAC V. (DE), TABOADA LEONETTI I., *La Lutte des places*, Paris, Desclée de Brouwer, 1993.
- GIRARD R. (1972). *La Violence et le Sacré*, Paris, Grasset.
- GOFFMAN E. (1968). *Asiles*, trad. fr., Paris, Éd. de Minuit.
- GOFFMAN E. (1973). *La Mise en scène de la vie quotidienne*, t. I : *La Présentation de soi* ; t. II : *Les Relations publiques*, trad. fr., Paris, Éd. de Minuit.
- GOFFMAN E. (1974). *Les Rites d'interaction*, trad. fr., Paris, Éd. de Minuit.
- GOFFMAN E. (1975). *Stigmate. Les usages sociaux des handicaps*, trad. fr., Paris, Éd. de Minuit.
- GOMBROWICZ W. (1960). *La Pornographie*, Paris, UGE, coll. « 10/18 ».
- GORDON C., GERGEN K. J. (1968). *The Self in Social Interaction*, New York, Wiley.
- GORI R. (1978). *Le Corps et le Signe dans l'acte de parole*, Paris, Dunod.
- GREEN A. (1983). *Narcissisme de vie, narcissisme de mort*, Paris, Éd. de Minuit.
- GREIMAS A. (1970). *Du sens*, Paris, Le Seuil.
- GRUNBERGER B. (1971). *Le Narcissisme*, Paris, Payot.
- HEGEL G. (1807), *La Phénoménologie de l'esprit*, Paris, Aubier, 1944.
- HURTIG M.-C., PICHEVIN M.-F. (1986). *La Différence des sexes*, Paris, Tierce.
- HUSSERL (1955). *La Philosophie comme science rigoureuse*, trad. fr., Paris, PUF.
- HUSSERL (1963) *Idées directrices*, trad. fr., Paris, Gallimard.

- L'Identification*, Paris, Tchou, 1978.
- L'identification*, numéro spécial, *Revue française de psychanalyse*, mars-avril 1984.
- JACOBSON E. (1964). *Le Soi et le Monde objectal*, Paris, PUF, 1975
- KAËS R. (1976). *L'Appareil psychique groupal*, Paris, Dunod.
- KAËS R., ANZIEU D. (1976). *Chronique d'un groupe*, Paris, Dunod.
- KARDINER A. (1969). *L'Individu et sa société*, trad. fr., Paris, Gallimard.
- KAESTERSZTEIN J. (1990). « Les stratégies identitaires des acteurs sociaux », in Camilleri *et al.*, *Stratégies identitaires*, Paris, PUF.
- KAUFMANN J.-C. (2004). *L'Invention de soi. Une théorie de l'identité*, Paris, A. Colin.
- KHAN M. (1976). *Le Soi caché*, trad. fr., Paris, Gallimard.
- KOHUT H. (1971). *The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psycho-Analytic Treatment of Narcissic Personality Disorder*, New York, International Universities Press,
- KRIDIS M. (sous la dir. de) (1990). *Adolescence et identité*, Marseille, Éd. Hommes et perspectives.
- LABORIT H. (1979). *L'Inhibition de l'action*, Paris, Masson.
- LACAN J. (1966). *Écrits*, Paris, Le Seuil,
- LADMIRAL J.-R., LIPIANSKY E. M. (1989). *La Communication interculturelle*, Paris, A. Colin.
- LAING R. D. (1969). *La Politique de l'expérience*, trad. fr., Paris, Stock.
- LAING R. D. (1970). *Le Moi divisé*, trad. fr., Paris, Stock.
- LAING R. D. (1971). *Soi et les autres*, trad. fr., Paris, Gallimard.
- LARUELLE F. (1992). *Théorie des identités*, Paris, PUF.
- L'ÉCUYER R. (1978). *Le Concept de soi*, Paris, PUF.
- L'ÉCUYER R. (1980). « Les transformations de l'identité personnelle à travers l'évolution du concept de soi chez les adultes et les personnes âgées », in P. Tap (sous la dir. de), *Identité individuelle et personnalisation*, Toulouse, Privat.
- L'ÉCUYER R. (1994). *Le Développement du concept de soi de l'enfance à la vieillesse*, Presses de l'université de Montréal.
- LE MANER-IDRISSI (1997). *L'Identité sexuée I*, Paris, Dunod.
- LEMAINE G. (1966). « Inégalité, comparaison et incomparabilité », *Bulletin de psychologie*, 20,
- LE RIDER J. (1990). *Modernité viennoise et crises de l'identité*, Paris, PUF.
- LÉVI-STRAUSS C. (sous la dir. de) (1977). *L'Identité*, Paris, Grasset.
- LÉVY A. (1970). *Textes fondamentaux de psychologie sociale*, Paris, Dunod.
- LINARD M., PRAX I. (1984). *Images vidéo, images de soi... ou Narcisse au travail*, Paris, Dunod.
- LIPIANSKY E. M. (1991). *L'Identité française. Représentations, mythes, idéologies*, Paris, Éd. de l'Espace européen.
- LIPIANSKY E.M. (1992). *Identité et communication*, Paris, PUF.
- LOBROT M. (1974). *L'Animation non directive des groupes*, Paris, Payot, coll. « Petite Bibliothèque Payot ».
- LOBROT M. (1989). *L'Écoute du désir*, Paris, Retz.
- LORENZI-CIOLDI F. (1988). *Individus dominants et groupes dominés*, Grenoble, Presses Universitaires.
- LYOTARD J.-F. (1986). *La Phénoménologie*, Paris, PUF, coll. « Que sais-je ? ».

- MAISONNEUVE J. (1966). *Psychosociologie des affinités*, Paris, PUF.
- MAISONNEUVE J. (1968). *La Dynamique des groupes*, Paris, PUF, coll. « Que sais-je ? ».
- MAISONNEUVE J. (1973). *Introduction à la psychosociologie*, Paris, PUF.
- MAISONNEUVE J. (1979). *Recherches diachroniques sur une représentation sociale*, Paris, CNRS.
- MAISONNEUVE J., BRUCHON-SCHWEITZER M. (1981). *Modèles du corps et psychologie esthétique*, Paris, PUF.
- « Malaise dans l'identification », *Connexions*, n° 55, 1990, Ramonville Ste-Agne, Érès.
- MALEWSKA H. (1990). « Le processus de dévalorisation de l'identité », in Camilleri et al., *Stratégies identitaires*, Paris, PUF.
- MALRIEU P. (sous la dir. de) (1989). *Dynamiques sociales et changements personnels*, Paris, CNRS.
- MALRIEU P. (1980). « Genèse des conduites d'identité », in P. Tap (sous la dir. de), *Identité individuelle et personnalisation*, Privat, Toulouse.
- MARC E. (1998). « Le soi en psychanalyse », in *L'Identité*, ouvrage coll., Auxerre, Éd. Sciences humaines.
- MARC E. (2000). *Guide pratique des psychothérapies*, Paris, Retz.
- MARC E. (2002). *Le Changement en psychothérapie*, Paris, Dunod.
- MARC E., PICARD D. (1997). *L'Interaction sociale*, Paris, PUF.
- MARC E., PICARD D. (2000a). *L'École de Palo Alto*, Paris, Retz.
- MARC E., PICARD D. (2000b). *Relations et communications interpersonnelles*, Paris, Dunod, coll. « Topos ».
- MARTINOT D. (1995). *Le Soi. Les approches psychosociales*, Grenoble, PUG.
- MASLOW A. (2001). *L'Accomplissement de soi*, Paris, Eyrolles.
- MEAD G. H. (1934). *L'Esprit, le soi et la société*, Paris, PUF, trad. fr. 1963.
- MENDEL G. (1968). *La Révolte contre le père*, Paris, Payot.
- MICHAUD G., *Identités collectives et relations interculturelles*, Paris, Complexe, PUF, 1978.
- MONTEIL J.-M. (1993). *Soi et le contexte*, Paris, A. Colin.
- MOSCOVICI S. (sous la dir. de) (1972). *Introduction à la psychologie sociale*, 2 vol., Paris, Larousse.
- MOSCOVICI S. (1979). *Psychologie des minorités actives*, Paris, PUF.
- MOSCOVICI S. (1981). *L'Âge des foules*, Paris, Fayard.
- MOSCOVICI S., MUGNY G. (1987). *Psychologie de la conversion*, Fribourg, Delval.
- MUSSEN P. (1980). « La formation de l'identité », in P. Tap (sous la dir. de), *Identité individuelle et personnalisation*.
- OBERLÉ D. (1989). *Jeu dramatique et développement personnel*, Paris, Retz.
- PAGÈS M. (1968). *La Vie affective des groupes*, Paris, Dunod.
- PAGÈS M. (1986). *Trace ou sens*, Paris, Hommes et Groupes.
- PAGÈS M., BONETTI M., GAULEJAC V. (DE), DESCENDRE D. (1979). *L'Emprise de l'organisation*, Paris, PUF.
- PALMADE G. (1972). « Une conception des groupes d'évolution », *Connexions*, n° 1-2.
- PAOLICCHI P. (1980). « Identité et marginalité sociale dans la jeunesse », in P. Tap (sous la dir. de), *Identité individuelle et personnalisation*, Toulouse, Privat.

- PERRON R. (1971). *Modèles d'enfants, enfants modèles*, Paris, PUF.
- PIAGET J. (1964). *La Formation du symbole chez l'enfant*, Neuchâtel, Delachaux & Niestlé.
- PICARD D. (1983). *Du code au désir*, Paris, Dunod.
- PICARD D. (2003). *Politesse, savoir-vivre et relations sociales*, Paris, PUF, coll. « Que sais-je ? ».
- PIOLAT M. et al. (1992). *Le Soi. Recherches dans le champ de la cognition sociale*, Lausanne, Delachaux & Niestlé, coll. « Textes de base en psychologie ».
- RAUSCH N. (1990). *La Pratique du Rorschach*, Paris, PUF.
- REICH W. (1973). *L'Analyse caractérielle*, trad. fr., Paris, Payot.
- RICŒUR P. (1990). *Soi-même comme un autre*, Paris, Le Seuil.
- RICŒUR P. (2000). *Parcours de la reconnaissance*, Paris, Stock.
- RIMÉ B., LE BON C. (1984). Le concept de conscience de soi et ses opérationnalisations, *L'Année psychologique*.
- RODRIGUEZ TOMÉ H. (1972). *Le Moi et l'Autre dans la conscience de l'adolescent*, Neuchâtel, Delachaux & Niestlé.
- RODRIGUEZ TOMÉ H., BARIANO F. (1987). *Les Perspectives temporelles à l'adolescence*, Paris, PUF.
- ROGERS C. (1968). *Le Développement de la personne*, trad. fr., Paris, Dunod.
- ROGERS C. (1973). *Les Groupes de rencontre*, trad. fr., Paris, Dunod.
- ROGERS C. (1980). *La Relation d'aide et la psychothérapie*, t. I, trad. fr., Paris, ESF.
- ROSIER A. (1972). *La Perception d'autrui*, thèse de 3<sup>e</sup> cycle, université de Paris X-Nanterre.
- RUANO-BORBALAN J.-C. (coord. par) (1998). *L'Identité*, Auxerre, Éditions Sciences humaines.
- SARBIN T. R. (1954). "Role theory", in G. LINDZEY (éd.), *Handbook of Social Psychology*, vol. I, Reading, Mass., Addison-Wesley.
- SARTRE J.-P. (1943) *L'Être et le Néant*, Paris, Gallimard, coll. « Tel ».
- SARTRE J.-P. (1960). *Critique de la raison dialectique*, Paris, Gallimard.
- SCHILDER P. (1968). *L'Image du corps*, trad. fr., Paris, Gallimard.
- SEARLES H. (1981). *Le Contre-Transfert*, trad. fr., Paris, Gallimard.
- Self and Identity, The Official Journal of the International Society for Self and Identity*, vol. 3, n° 1, janv-mars 2004.
- SPITZ R. (1957). *Le Non et le Oui. La genèse de la communication humaine*, trad. fr., Paris, PUF.
- SPITZ R. (1959). *L'Embryogenèse du moi*, Bruxelles, Éditions Complexe, trad. fr. 1979.
- SPITZ R. (1965). *De la naissance à la parole*, Paris, PUF, trad. fr. 1968.
- STRAUSS A. (1992). *Miroirs et masques. Une introduction à l'interactionnisme*, Paris, Métailié.
- STRYKER S., OWENS T., WHITE R. (éd.) (2000). *Identity, Self and Social Movements*, Minneapolis, University of Minnesota Press.
- SUPER D. E. et al. (1963). *Career Development : Self-Concept Theory*, New York, CEEB.
- TAJFEL H. (1972). « La catégorisation sociale », in S. Moscovici (sous la dir. de), *Introduction à la psychologie sociale*, Paris, Larousse.
- TAP P. (sous la dir. de) (1980a). *Identités collectives et changements sociaux*, Toulouse, Privat.

- TAP P. (sous la dir. de) (1980b). *Identité individuelle et personnalisation*, Toulouse, Privat.
- TAP P. (1985). *Masculin et féminin chez l'enfant*, Toulouse, Privat.
- TAP P. (1988). *La société Pygmalion ?*, Paris, Dunod.
- TAYLOR C. (1998). *Les Sources du moi. La formation de l'identité moderne*, Paris, Le Seuil.
- TOURAINE A., KHOSROSKHAVAR F. (2000). *La Recherche de soi. Dialogue sur le sujet*, Paris, Fayard.
- VINSONNEAU G. (1985). « Étude comparative des modalités d'intériorisation de quelques représentations négatives dans les populations de pré-adolescents, d'adolescents et d'adultes immigrés en France », in *Immigration, multi-ethnicité et socialisation des jeunes*, Vaucresson, CRIV.
- VINSONNEAU G. (1999). *Inégalités sociales et procédés identitaires*, Paris, A. Colin.
- VINSONNEAU G. (2002). *L'identité culturelle*, Paris, A. Colin.
- WALLON H. (1932). « La conscience de soi : ses degrés et ses mécanismes de trois mois à trois ans », *Journal de psychologie*, références ???, p. 29.
- WALLON H. (1941). *L'Évolution psychologique de l'enfant*, Paris, A. Colin.
- WALLON H. (1942). *De l'acte à la pensée*, Paris, Flammarion.
- WALLON H. (1945). « Le rôle de l'autre dans la conscience du moi », réédition *Enfance*, n° 3-4, 1959.
- WALLON H. (1949). *Les Origines du caractère chez l'enfant*, Paris, PUF, 4<sup>e</sup> éd. 1970.
- WATZLAWICK P., BEAVIN J. H., JACKSON D. D. (1972). *Une logique de la communication*, trad. fr., Paris, Le Seuil.
- WINNICOTT D. W. (1969). *De la pédiatrie à la psychanalyse*, trad. fr., Paris, Payot, coll. « Petite Bibliothèque Payot ».
- WINNICOTT D. W. (1971). *Jeu et réalité*, Paris, Gallimard, trad. fr. 1975.
- WINNICOTT D. W. (1978). *Le Processus de maturation chez l'enfant*, trad. fr., Paris, Payot, coll. « Petite Bibliothèque Payot ».
- WYLIE R. (1961). *The Self Concept : A Critical Survey of Pertinent Research Literature*, Lincoln, Nebraska Press.
- WYLIE R. (1974). *The Self Concept : A Review of Methodological Considerations and Measuring Instruments*, Lincoln, Nebraska Press.
- ZAVALLONI M. (1973). « L'identité psychosociale, un concept à la recherche d'une science », in S. Moscovici (sous la dir. de), *Introduction à la psychologie sociale*, Paris, Larousse.
- ZAVALLONI M., LOUIS-GUERRIN C. (1984). *Identité sociale et conscience*, Toulouse, Privat.
- ZAZZO B. (1972). *Psychologie différentielle de l'adolescence*, Paris, PUF.
- ZAZZO R. (1960). *Les Jumeaux, le couple et la personne*, 2 vol., Paris, PUF.
- ZAZZO R. (1973). « La genèse de la conscience de soi », in *Psychologie de la connaissance de soi*, Symposium, Paris, PUF.
- ZAZZO R. (1980). « Les dialectiques originelles de l'identité », in P. Tap (sous la dir. de), *Identité individuelle et personnalisation*, Toulouse, Privat.
- ZILLER R. (1973). *The Social Self*, New York, Pergamon Press.



# INDEX DES NOTIONS

---

## A

adolescence 21, 32, 51, 143  
affectivité 113, 114, 116, 162  
affinités 162, 215  
affirmation 223  
– de soi 24, 89, 170, 195, 220, 228, 238  
agressivité 98, 99, 157, 170, 188, 195, 203  
angoisse 87, 157, 174, 197  
animateur 157  
anthropologie culturelle 31  
anxiété 98, 140, 189, 195  
assimilation 34, 214, 227  
attaque 98  
attribution 152, 153, 164  
authenticité 233, 238  
autrui 139, 152, 161–162, 169, 235

## B

besoins identitaires 173  
bouc émissaire 106

## C

catégorisation 152, 164  
changement 142  
clivage 47, 96  
cognitivisme 37, 55  
cohésion 108

collusion 186  
comparaison sociale 164, 176  
compromis 206  
concept d'identité 72  
confirmation 185, 190  
conflit 96, 100, 115, 124, 146, 170, 172, 196, 234  
conformisme 146  
conformité 112, 214, 219  
conscience de soi 15, 23, 37, 39, 41, 47, 61, 76, 128, 161, 169  
continuité 4, 21, 64, 70, 108  
contrôle 147, 150, 181, 199  
couplage 217  
crise 51

## D

défense 87, 91, 95, 98, 100, 130, 183, 196, 208, 229, 233  
demande 187, 199  
dénî 186, 200  
dépendance 93, 140, 160, 171, 221, 237  
dépersonnalisation 89  
désir 151, 196, 223, 229, 238  
dévalorisation 141, 144, 178, 180, 227  
différenciation 34, 220, 224, 227  
distinction 222

double 215

## E

égo-centrisme 170

émotion 114, 116, 134, 136, 148, 181, 217

empathie 163

enfance 20

estime de soi 24, 163, 178

expression de soi 131

## F

face 40, 58, 147, 179

frontière 43, 135, 221

fuite 99

fusion 92

## G

groupe 88, 102–105, 118, 239

– d'évolution 83

– d'appartenance 21, 50

## I

idéal du moi 22, 64, 71, 94, 96, 110, 113, 118, 124, 146, 157, 178, 237

identification 21, 34, 47, 49, 90, 111, 164, 169, 198, 216

– projective 112

identité 53

– (concept) 17–20

– (définition) 19, 21

– collective 18, 101

– corporelle 20, 41–44, 45, 137

– ethnique 137

– intime 127, 133

– personnelle 122

– sexuelle 44, 51, 98, 137

– sociale 48, 66, 91, 122, 125, 126, 133, 233

illusion 120

image

– de soi 24, 29, 40, 44, 49, 100, 128, 140, 143, 147, 162, 227, 235

– du corps 29, 42

– du soi 86

individuation 182, 223, 228, 238

information 186, 190

influence 88, 92

intégration 51, 92, 107, 117, 175, 196

interaction 22, 25, 29, 40, 46

interactionnisme 39

interactions précoces 46

interdit 134, 206

intersubjectivité 78

intime 128, 129, 134, 135

introjection 118, 221

introspection 34, 60

## L

leader 94, 158, 160

## M

mécanismes de défense 27

métacommunication 191

moi 21, 118, 146

– groupal 104

– idéal 48, 96, 163

moi-peau 43, 129

## N

narcissisme 29, 30, 31, 42, 196

non-dit 134

## P

parole 90, 133, 175, 198, 202

perceptions de soi 24, 34, 49

personnage 127, 137

phénoménologie 59

– sociale 25

place 48, 89, 123, 136, 167, 171, 176, 194, 229

projection 87, 95, 154, 163, 189, 221

psychanalyse 19, 20, 23, 27, 28

## R

rapport de places 161, 171

reconnaissance 167, 172, 187, 200

regard 85, 86, 169, 235

– d'autrui 125

régulation 71

rejet 186, 201

représentations de soi 42, 45

rituel 91

rivalité 90, 94, 95, 176, 222, 225

rôle 33, 127, 132, 233

**S**

sécurité 174  
séduction 147, 181  
self 29, 30, 42  
self psychology 28, 31, 234  
self-concepts 24  
self-feeling 24  
self-percepts 24  
self-schemas 24, 38, 55  
sentiment de soi 24  
séparation 93  
silence 90, 99, 107, 115, 158, 188, 197, 203, 229  
similitude 214, 228  
soi 19, 21, 27, 29, 37, 58, 234  
– (self) (concept) 23  
– intime 66, 126  
– phénoménal 35  
– social 233  
stade du miroir 32, 44  
stades du développement 202

stratégie 89, 206, 209  
– identitaire 40, 99, 179  
subjectivité 24, 25, 96, 154, 163  
surmoi 96, 110, 113, 118, 124, 146, 159, 178  
systémique 39, 72, 102

**T**

temporalité 62  
tension 116, 170, 189  
totalité 62, 102

**U**

unité 103, 105, 116, 117, 119

**V**

valeurs 47, 50, 111, 137, 224  
valorisation 4, 34, 58, 64, 71, 124, 143, 147, 177, 180, 227  
– de soi 24



## INDEX DES AUTEURS

---

### A

About A. 32  
Adler A. 30, 31  
Allport G. 67  
Althusser L. 137  
Antony 232  
Anzieu D. 8, 75, 78, 88, 90, 95, 114, 118,  
129, 157, 177, 234  
Arieti S. 29  
Ash 214

### B

Baldwin J. 19, 39, 44  
Balint M. 31, 234  
Barus-Michel J. 123  
Bateson G. 39  
Béjarano A. 90, 96, 234  
Berne E. 39  
Bettelheim B. 181  
Binswanger L. 7, 59  
Bion W. 75, 99, 113, 189, 218, 222  
Boersch E. 71  
Bowlby J. 177  
Bruchon-Schweitzer M. 45  
Bruner 154  
Buber M. 185  
Burgental J.-F. 35

### C

Caïn J. 28  
Camilleri C. 19, 23, 32, 40, 99  
Cantor N. 37  
Castoriadis-Aulagnier P. 29  
Chabrol C. 209  
Codol J.-P. 23, 34, 54, 56, 72, 111, 112,  
213, 227, 228  
Cohen-Emerique M. 32  
Cooley C. 19, 39

### D

Dantzer R. 89  
Deschamps J.-C. 153  
Devereux G. 25, 32  
Diel P. 61

### E

Ehrenberg E. 1  
Ehrlich M. 226  
Erikson E. 2, 19, 21, 28, 32, 39, 51, 227

### F

Festinger L. 219  
Flahaut F. 171  
Foulkes 232  
Fourcade J.M. 29

Freud S. 2, 5, 19, 30, 43, 110, 124, 214, 234

Fromm E. 2, 7, 28, 32

## G

Gauléjac V. (de) 2, 4, 50

Gendlin E. 24

Gillyan S.G. 55

Girard R. 95, 222

Goffman E. 25, 40, 58, 125, 135, 147, 179, 181

Gordon C. 33, 35, 39

Greenwald A. 38

Greimas A. 47

## H

Hartmann N. 28

Hegel F. 170

Heidegger M. 7, 59

Heider F. 219

Horney K. 28

Husserl E. 7, 59, 60

Hutig 224

## J

Jacobson E. 28, 29

James W. 19, 23, 39

Jaspers K. 7, 59

Jung C.G. 19, 183

## K

Kaës R. 114, 115, 118, 119

Kahn M. 30

Kardiner A. 32

Kastersztein J. 229

Kaufmann J.-C. 1

Kernberg O. 28, 234

Khosrokhavar F. 1

Kihlstrom J. 37

Klein M. 47, 96, 99, 234

Kohut H. 19, 28, 29, 31, 234

Kridis M. 32

Kruper N.A. 55

Kuhn T. 33, 128

## L

L'Écuyer R. 24, 27, 32, 35, 40, 48, 49, 51, 63

Laborit L. 99

Lacan J. 44, 151, 211, 234

Ladmiral J.-R. 32

Laing R. 7, 25, 26, 30, 59, 62, 63, 172, 186, 188

Le Bon C. 76, 214

Lemaigne G. 229

Lévy A. 113, 217

Lewin K. 8, 102, 231

Lipiansky E.M. 32, 40

Lobrot M. 189, 226

Lorenzi-Cioldi 224

Lyotard J.-F. 61

## M

Maisonneuve J. 45, 75, 127, 154, 162, 163, 215

Malewska H. 144

Malrieu P. 18, 32, 48, 53, 54, 71

Marc E. 6, 19, 39, 40, 62, 102, 171, 179, 235

Markus H.R. 38, 55

Martinot D. 38, 56

Maslow A. 7, 59, 67

McPartland 33, 128

Mead G. 5, 19, 22, 33, 39, 111

Mead M. 32

Mendel G. 30, 123

Merleau-Ponty M. 59, 61

Michaud G. 32

Monteil J.-M. 38

Moscovici S. 122, 153, 154, 214

Mussen P. 54, 236

## N

Napolitani D. 115

Newcomb T. 219

## P

Pagès M. 93, 113, 123, 177, 236

Paicheler H. 154

Palmade G. 75

Paolicchi P. 51

Perls F. 62

Perron R. 49

Piaget J. 43, 44

Picard D. 6, 39, 40, 102, 134, 170, 171, 179

Pichevin 224

Piolat M. 37, 69

Power G.H. 55

## R

Rausch N. 117

Redl F. 113, 217

Reich W. 57

Ricœur P. 57, 64

Rimé B. 76

Rodriguez-Tomé H. 32, 37, 39, 128, 129, 162

Rogers C.R. 7, 8, 24, 25, 59, 60, 62, 63, 71, 75, 130, 186, 191, 231, 233, 238

Rogers T. 38

Rogers T.B. 55, 56

## S

Sarbin T. 33

Sartre J.-P. 5, 7, 50, 59, 63, 65, 67, 86, 93, 111, 137

Schilder P. 19, 42

Searles H. 25

Sherif M. 214

Spitz R. 19, 46, 221, 234

Stryker S. 39

Sullivan H. 28

Super D. 24, 35

## T

Taboada-Leonetti I. 2

Tagiuri 154

Tajfel H. 34, 122, 153

Tap P. 19, 23, 32, 122, 169, 224

Tarde G. (de) 214

Taylor C. 1

Touraine A. 1

## V

Vinsonneau G. 144, 226

## W

Wallon H. 15, 19, 32, 39, 41, 43, 44

Watzlawick W. 185

Winnicott D.W. 18, 19, 29, 30, 31, 42, 46, 65, 70, 117, 130, 173, 234

Wylie R. 27

## Z

Zavalloni M. 35, 128

Zazzo R. 19, 32, 44, 45, 228

Ziller R. 34, 35, 39, 228

48383 - (II) - (0,8) - OSB 80° - FAB - MLN

Achevé d'imprimer sur les presses de  
SNEL Grafics sa  
Z.I. des Hauts-Sarts - Zone 3  
Rue Fond des Fourches 21 – B-4041 Vottem (Herstal)  
Tél +32(0)4 344 65 60 - Fax +32(0)4 289 99 61  
septembre 2006 — 38770

Dépôt légal : février 2005 - suite du tirage : septembre 2006

*Imprimé en Belgique*

Edmond Marc

# PSYCHOLOGIE DE L'IDENTITÉ

## Soi et le groupe

L'étude de l'identité apparaît aujourd'hui (notamment à travers le concept de Soi) comme un thème prédominant et transversal de la psychologie, intéressant aussi bien la clinique que la psychologie sociale, cognitive ou développementale.

Cet ouvrage propose un panorama critique des différentes théories de l'identité et du Soi. Mais il opte aussi pour une orientation interactive, dynamique et intégrative. Il s'efforce de valider l'hypothèse que le Soi est moins un attribut substantiel de l'individualité qu'une construction progressive et évolutive, un produit des interactions sociales. Il saisit donc l'identité comme résultant d'un processus complexe et paradoxal qui articule la similarité et la différence, l'intime et le social, la perception de soi et le regard d'autrui, la continuité et le changement.

Cette étude prend appui sur l'expérience des groupes d'évolution et de développement personnel. Véritable laboratoire de la conscience de soi, cette riche expérience permet de saisir sur le vif les processus interactifs qui sont au fondement de l'identité. Elle met en lumière notamment les « stratégies identitaires » qui permettent à chacun de prendre sa place, de s'affirmer face aux autres et de défendre une image positive de soi. La démarche est donc empirique et s'étaye sur des exemples nombreux et vivants.

Cet ouvrage s'adresse aux étudiants et chercheurs en psychologie, mais aussi à tous ceux (psychologues, psychothérapeutes, formateurs) qui sont confrontés, dans leur pratique, à la question de l'identité et du Soi.

EDMOND MARC

Professeur de psychologie à l'université Nanterre-Paris 10, il est auteur de nombreux travaux sur l'identité.

Il a notamment publié chez Dunod Éditeur

*Le changement en psychothérapie* (2004) et *Relations*

*et communications interpersonnelles* (2000).

