

> n'est pas maître chez soi, fait aujourd'hui partie de la connaissance universelle. En nous se jouerait un combat permanent entre les exigences de la conscience et les désirs secrets de l'inconscient. Mais cette conception commet une erreur: en réalité, conscience et inconscient n'œuvrent pas l'un contre l'autre. Ce ne sont pas des concurrents qui se battent pour la prééminence au sein de notre psyché. En fait, ils ne représentent pas même des domaines clairement distincts, comme le suggérait la séparation faite par Freud entre le moi, le ça et le surmoi. Il y a bien plutôt un esprit où processus conscients et inconscients sont étroitement imbriqués.

Pour comprendre à quel point l'idée d'un inconscient obscur est ancrée dans la culture populaire, il suffit de voir le film de Pixar *Vice Versa*. L'inconscient y est représenté comme un lieu clos et mystérieux situé dans le poste de pilotage central de la tête d'un enfant. On peut difficilement faire plus irréaliste: l'inconscient est tout sauf un réduit où nous enfermerions nos pensées indésirables ou nos pulsions secrètes. Nous aimons voir les choses ainsi, parce que de notre point de vue seule la pensée consciente est censée diriger nos actions. Ce n'est que de cette façon, croit-on, que nous garderions notre destin en main. Mais ce n'est pas du tout ce que montre la recherche moderne: celle-ci indiquerait plutôt que l'ensemble de nos pensées et de nos actes sont en grande partie gouvernés par des séquences de réactions automatiques.

PRÉDICTIONS ET CHOIX

Ces dernières années, un contremodèle à la fantasmagorie freudienne a connu un succès grandissant. Il s'agit du concept de « *predictive mind* », ou d'esprit prédictif. Cette théorie révolutionnaire attribue un rôle central aux automatismes de l'esprit. Ceux-ci auraient pour fonction de prédire les probabilités d'événements futurs avec rapidité et fiabilité. L'apprentissage, l'expérience et la conscience n'auraient finalement pas d'autre objectif que d'améliorer sans arrêt des pronostics implicites établis en continu par notre cerveau.

Les débuts de cette conception remontent au XIX^e siècle. Le physicien et physiologiste Hermann von Helmholtz (1821-1894) avait alors émis l'hypothèse que des conclusions implicites sont constamment incluses dans nos perceptions. Un exemple très simple: le triangle imaginaire que notre cerveau reconstitue sur la figure ci-dessus, l'illusion de Kanizsa. Notre système visuel complète automatiquement, sans que nous le voulions, une figure qui n'existe pourtant pas dans la réalité. De telles illusions – utiles, bien souvent – indiquent que des mécanismes innés influencent l'image que nous avons du monde, sans que nous

L'illusion de Kanizsa montre comment notre perception fonctionne d'après des conclusions implicites: le système visuel construit un triangle imaginaire pour «expliquer» la disposition des disques noirs.

**FREUD PENSAIT
QUE L'INCONSCIENT
S'OPPOSAIT
À LA CONSCIENCE.
EN RÉALITÉ, LES
DEUX TRAVAILLENT
MAIN DANS LA MAIN**

puissions rien y faire. Comme on l'a ensuite découvert, cela ne concerne pas que la perception sensorielle, mais aussi l'ensemble des processus mentaux, de la formation de nos jugements jusqu'à la prise de décision, en passant par la réalisation de nos actions.

Un principe fondamental du fonctionnement de notre cerveau veut que celui-ci

prenne en compte les résultats de nos actes. Il calcule et modélise ainsi les mouvements de notre corps à partir de nos impressions visuelles, ce qui explique pourquoi nous n'avons pas l'impression que le monde tourne autour de nous quand nous bougeons la tête. Pour la même raison, nous sommes

incapables de nous chatouiller nous-mêmes: la zone du cerveau responsable du toucher est informée à l'avance du fait que les mouvements de nos propres doigts sont responsables de la stimulation tactile. L'effet de surprise est impossible, or il est crucial pour avoir la sensation d'être chatouillé.

Ce principe, dit « de réafférence », pose un défi de taille aux concepteurs des intelligences artificielles. Rien que le fait d'attraper une balle représente un problème immense pour une machine, car pour y arriver il faut que les informations visuelles et motrices soient actualisées et comparées à tout instant. Ce processus complexe se déroule, chez nous autres humains, sur un plan (heureusement!) totalement non conscient.

Le terme «inconscient» recouvre à vrai dire une réalité très vaste. Il désigne à la fois les perceptions subliminales, les mouvements



automatisés, les associations spontanées ou les inférences implicites, voire les stéréotypes qui guident nos attitudes sans que nous le sachions.

Des expériences de laboratoire ont par exemple démontré que des participants sont capables d'identifier la règle sous-jacente à la résolution de problèmes, sans pouvoir la verbaliser et donc sans en prendre réellement conscience. Lorsqu'on demande à des volontaires de tirer des cartes de deux piles distinctes, celles de la première pile pouvant rapporter des gains élevés mais aussi causer des pertes abyssales, alors que celles de la seconde pile représentent une option moins risquée, certains signes physiologiques de stress, comme un surcroît de transpiration, se manifestent en cas d'option risquée, même quand les candidats n'ont pas explicitement fait le lien entre telle pile et tel niveau de risque. Sans se l'être formulé explicitement, ils ont « compris » quelque chose et évitent généralement la pile la plus aléatoire.

Comme l'a découvert le neuroscientifique Nicolas Schuck, de l'université de Princeton, à travers de nouvelles expériences, de telles stratégies se reflètent dans l'activité des lobes frontaux de notre cerveau, et peuvent être ainsi décelées par un expérimentateur, avant même de se concrétiser dans les choix de jeu des participants.

Un autre paradigme de recherche ayant beaucoup apporté à notre connaissance de l'inconscient est l'amorçage. Dans de telles expériences, des participants visualisent des images, des mots, ou reçoivent d'autres stimulations qui ont la caractéristique d'être trop brèves, trop légères, ou trop éloignées de leur

champ d'attention pour être enregistrées consciemment. Les psychologues donnent à leurs sujets des textes à lire, au sein desquels certains concepts reviennent souvent. Si la lecture d'un tel texte, par rapport à un autre texte comparable et de même longueur, a des effets mesurables sur les choix, les attitudes ou les émotions de la personne, on peut alors conclure à une influence inconsciente du concept en question.

LA PUISSANCE DES STIMULI SUBLIMINAUX

Au fil de nombreuses études, les chercheurs ont pu démontrer que la sensibilisation subliminale à certaines idées, comme celles de l'âge ou de la mort, a bel et bien des effets mesurables sur la personne: celle-ci manifeste une attirance pour des concepts religieux, ou se déplace plus lentement. On en connaît un autre exemple dans la vie quotidienne, lorsqu'en passant devant une boulangerie d'où s'échappe une odeur alléchante, on se rappelle brusquement qu'il faut encore acheter certains ingrédients pour un gâteau d'anniversaire. L'inconscient, dans ces situations, prépare la voie à nos actions.

De tels exemples illustrent le fonctionnement « à plusieurs pistes » de notre cerveau. En comparaison d'un ordinateur, notre organe mental travaille certes très lentement, mais il œuvre de manière parallèle sur une multiplicité de plans et de niveaux. Ces niveaux sont classiquement répartis par les psychologues en deux grands faisceaux, baptisés par le Prix Nobel Daniel Kahneman « Système 1 » et « Système 2 ». D'autres spécialistes parlent de traitement implicite et explicite, ou de ➤

Une délégation de psychoanalystes, parmi lesquels Sigmund Freud (premier rang à gauche) et son élève Carl Gustav Jung (premier rang à droite), répondit en 1909 à l'invitation de Stanley Hall (premier rang au milieu) à l'université de Worcester aux États-Unis.