

Construction de la conscience

Posted on 23 mai 2024 by Patrick Rouillier

L'être humain échange avec son milieu extérieur et c'est comme cela qu'il se construit. Sa psyché n'est donc pas un système isolé. Ces échanges lui sont une nécessité vitale, car sans eux l'être humain ne peut être viable, car il se nourrit de communication. Cette communication, ces messages sont le carburant fournissant l'énergie au cerveau pour le mettre en action.

Pour l'être humain l'apport « d'énergie » qui va structurer sa conscience est la connaissance, l'expérience, le vécu. Ces éléments vont s'intégrer à sa conscience et développer sa conscience cognitive. A travers elle se construisent les notions de positionnement, d'analyse critique, de relations et aussi les notions abstraites qui organisent les sociétés (Religions, morales, idéologies, républiques, démocraties) et constituent les représentations mentales nécessaires à la vie être humaine. Au cours de sa vie l'être humain va acquérir des connaissances et développer sa vision du monde.

Tout être vivant, à sa naissance, doit-être doté d'un certain nombre de fonctions et capacités métaboliques nécessaire à sa survie immédiate. Pour l'être humain et les animaux supérieurs ce sont notamment les fonctions respiratoires, digestives, circulatoires (le sang). C'est une innée indispensable caractéristique d'une espèce.

Dans sa toute petite enfance la communication se déploiera autour d'une information peu élaboré (pauvre en énergie cognitive) et c'est surtout la conscience émotionnelle qui va se construire. L'analyse critique des événements sera mineure, les images mentales représentatives imprécises, et les liens qui les coordonnent plutôt flous.

Le vécu sera fusionnel avec ses proches afin de puiser les références manquantes chez les parents.

Néanmoins chaque nouvelle expérience, chaque nouveau message, apporte, intègre, un peu plus de logique dans le réseau de conscience. Cet enrichissement cognitif amène un peu plus de logique dans l'analyse critique des futurs événements. Petit à petit le réseau mémoriel se structure, l'émotion perd du terrain dans les représentations mentales et leurs liens logiques vis à vis de la raison, et la conscience cognitive se forme. Ce n'est que vers 2 à 3 ans que l'enfant acquière suffisamment de structure cognitive pour se forger ses premiers souvenirs. Avant il n'est que dans l'émotion, la fusion, et ne construit pas de représentations mentales capable d'émerger dans sa conscience.



Puis, chez l'être humain, le nourrisson va développer des capacités émotionnelles au contact de son environnement. Les notions de faim, de bien-être et de mal-être (accompagné du besoin de sécurisation), de chaud et froid, d'espace qui vont forger les premiers étages de sa conscience émotionnelle. A noter que ces acquisitions sont fondées et issues de ses premières fonctions organiques (C'est, par exemple, c'est sur la fonction digestive que se construit la notion de faim, sur la notion de faim se développera la notion de goût, sur la notion de bien-être le nourrisson va apprendre la notion de douleur, donc de danger). Progressivement se fabrique un réseau émotionnel plus élaboré (on dira plus formalisé) avec les notions primaires d'amour ou de rejet, avec une meilleure prise de conscience de la notion d'espace (donc de sa position dans cet espace et de la distinction entre lui et son environnement). Dans la petite enfance, au contact de son environnement familial, scolaire, sociétal et des messages plus cognitifs qu'il reçoit les prémices de sa future conscience cognitive s'élaborent. Il va apprendre à se dissocier partiellement de son entourage (individuation), acquérir la notion de temps. Ensuite viendront des notions plus sociétales de bien et de mal, d'amis et d'ennemis. Progressivement il pourra comprendre et intégrer des notions plus complexes, plus construites, plus formalisées. L'éducation parentale, scolaire, les relations à ses copains ou copines vont lui créer des références, des positionnements qui vont donner naissance à son identité. Plus il avancera en âge, plus il sera confronté à des problématiques (à sa portée) et plus sa conscience cognitive va s'enrichir, se structurer, et plus son identité va s'affirmer. C'est le difficile passage de l'adolescence où il faut passer d'un vécu émotionnel (assorti de relations fusionnelles) à un vécu cognitif (assorti de relations empathiques). On construit alors les bases du réseau logique de la conscience (images mentales liées et structurées par des relations logiques)

L'adolescence est une période charnière. L'ado va abandonner ses références familiales pour se plonger dans l'autonomie, la vie d'adulte dont il n'a pas encore les codes et les repères. C'est une période de flottement, d'incertitude, de recherche d'identité. L'ado n'est plus ce qu'il était avant, mais sans être ce qu'il sera plus tard. Il est influençable, en recherche de certitudes. Il n'est pas dans la nuance (qui suppose des repères solides) mais prêt à épouser n'importe qu'elles causes pourvu qu'elles lui apportent les références, (aussi simples que possibles) qu'il recherche. Dans cette période de flottement et d'angoisse il est facilement sujet aux addictions (cigarettes, alcool, drogues, boulimie, anorexie, radicalisation ...)

À l'âge adulte il va apprendre à se dissocier des autres, à avoir ses propres visions, ses propres valeurs (évidemment fortement influencées par le milieu dans lequel il évolue), à forger sa propre identité, et accentuer son vécu cognitif (sans oublier totalement son vécu émotionnel sur lequel il s'est construit).

Plus l'individu avance en âge et plus les niveaux émotionnels s'enfoncent dans les

profondeurs de la conscience et plus les niveaux cognitifs sont sollicités dans les comportements. Les relations deviennent de moins en moins fusionnelles et plus empathiques. L'individu a moins besoin des autres et le vieillard a tendance à se replier sur lui-même et sur son passé (d'autant plus qu'il n'a guère de futur !). Au fur et à mesure des expériences la conscience se construit par strates successives de plus en plus formalisées. Chaque nouvel événement est analysé en fonction des données déjà acquise et apporte un plus au développement de la conscience cognitive. Petit à petit les capacités de communication formelles vont se développer, la conscience cognitive intégrer des informations de plus en plus structurées, et initier un vécu cognitif plus solide. La conscience se formera par strates successives de plus en plus organisées, chacune étant le fruit de la strate précédente enrichie de la nouvelle information acquise. A l'âge adulte (pas avant 30 ans) la conscience cognitive commence à se rigidifier et s'efforce de contrôler les élans émotionnels.

Plus l'information reçue, les messages détectés, seront fortement structurés (donc riche en énergie) et plus la conscience cognitive sera rigide, et plus la capacité d'adaptations aux idées nouvelles sera faible. La nature profonde de la conscience sera fonction de l'éducation reçue (avec, pourquoi pas, une participation de potentialité génétique !)

Plus les messages reçus et intégrés sont nombreux, riches, et relatifs à des domaines variés et plus la conscience cognitive sera complexe, pleine de nuances, capable d'analyses critiques élaborées des événements vécus. Plus de culture variée et plus d'ouverture d'esprit, moins de certitudes abruptes, et plus de tolérance.

Les strates les plus profondes (relatives aux événements les plus anciens) seront moins formulées, moins logiquement structurées, moins figuratives, et donc moins susceptible d'être mémorisées de façon représentatives et donc de revenir à la conscience. Elles constitueront des émotions intégrées, mémorisées mais incapable de réapparaître à la conscience en cas d'appel. Ceci ne veut pas dire qu'elles sont inutiles car elles ont servies de fondements à la construction des strates plus formulées. Ne faisons pas l'erreur de donner trop d'importance à ce que nous pouvons concevoir (le vécu cognitif) au détriment de ce qui nous échappe (le vécu émotionnel). Mea culpa, c'est mon défaut majeur !

Dans les représentations mentales qui apparaîtront à notre conscience quand nous devons réagir à un événement ce sont de toute évidence les plus récentes, les plus formulées (et peut-être les plus accessibles) qui seront privilégiées. Les plus anciennes ne nous apparaîtront pas de façon consciente mais joueront quand même un rôle dans notre analyse critique car elles seront implicitement présentes

dans les représentations conscientes.

Évidemment si un événement est intégré de façon erronée dans l'empilement du réseau de la conscience, il se produira des incohérences dans sa construction. Imaginez un maçon qui construit un mur en parpaings bien alignés horizontalement. Si tout d'un coup un parpaing est mal posé, que sa surface n'est pas bien horizontale toutes les autres pièce posée sur lui partiront de travers et toute une partie du mur sera bancal. Il en est de même pour la conscience et tout élément intégré de façon erronée, incohérente génèrera une « pile » en incohérence avec l'ensemble du système. Toute analyse s'appuyant sur ce réseau erroné conduira à développer ce « cancer de la conscience ». Toute analyse s'appuyant à la fois sur ce réseau erroné et sur le réseau cohérent conduira le sujet à une position ambiguë, incertaine, et frustrante. (Annexe III)

Notre conscience est faite de ces « mini » incohérences que nous avons pris l'habitude de gérer. Ce n'est que lorsque ces incohérences seront fortement marquées quelles pourront déboucher sur des pathologies de dissociation de la mémoire (attitudes bipolaires, schizophrénie, voire autisme) ou pourront accroître, pour des consciences cognitives rigides, les tendances au narcissisme et à la paranoïa.

Notons que dans les maladies dégénératives du cerveau (comme Alzheimer) ce sont les strates cognitives qui sont les premières touchées, puis les strates émotionnelles, et enfin les strates organiques (et la mort) dans l'ordre inverse de leur création.

PS : il existe un autre niveau dans la psyché, c'est le niveau organique (cerveau reptilien ?). Il se forme dès la période fœtale et sert à gouverner nos principales fonctions organiques (respiration, circulation sanguine, digestion, ...). Il constituera le niveau le plus archaïque de la conscience totalement hermétique à toutes représentations, mais sans doute les fondations de toute conscience émotionnelle et cognitive.