|  |  |
| --- | --- |
| **Théoriciens**  Néo-freudien | **Concepts/Théories** |
| Erich Fromm  (1900-1980) | * Psychanalyste * la part **instinctuelle** diminue chez l'Homme au profit d'un comportement qui tend à s'**individualiser** dans **la résolution du problème** fondamental * **3 orientations :** * biophilia (état d’être) * l'amour pour l'humanité et la nature * l'indépendance et de la liberté * **8 besoins fondamentaux** : * **PARENTÉ** * Relations avec les autres, les soins, le respect, la connaissance. * **TRANSCENDANCE** * Être jeté dans le monde sans leur consentement, les humains doivent transcender leur nature en détruisant ou en créant des personnes ou des choses. Les êtres humains peuvent détruire par **l'agression maligne**, ou de **tuer** pour des raisons **autres** que la **survie**, **MAIS** ils peuvent également **créer** et se soucient de leur créations. * **ENRACINEMENT** * L'enracinement est la nécessité d'établir des **racines** et de se **sentir accepter** dans le monde. L’enracinement réussi peut nous permettre de croître au-delà de la **sécurité** de notre mère et **établir des liens avec le monde extérieur**. Mais si cette stratégie est **non-réussi**, nous pouvons devenir **obsédés** et **peur** d'aller au-delà de la sécurité et la sûreté de notre mère ou un substitut de la mère. * **SENS DE L'IDENTITÉ** * L'entraînement d'un sentiment d'identité qui est exprimée souvent par la **conformité** à un groupe et produit son **individualité**. * **CADRE D'ORIENTATION** * Comprendre le monde et **notre place** en lui. * **EXCITATION ET DE STIMULATION** * Se fixer un objectif plutôt que de simplement répondre. * **UNITÉ** * Un sentiment d'**unité** entre une personne et le «monde naturel et humain." * **EFFICACITÉ** * Le besoin de se sentir **accompli**.   Toutefois, si les conditions économiques, sociales et politiques ... **n'offrent pas une base** pour la réalisation de l**'individualité** et de **sécurité**, ce retard rend la ***liberté un fardeau insupportable***. |
| Karen Horney  (1885-1952)    *Aller vers les autres*  *Fuir les autres*  *Aller contre les autres*  *Fuir les autres* | * Elle est en ***désaccord*** avec la théorie Freudienne sur le rôle de ***l'envie de pénis*** dans la sexualité féminine. Elle pense que sa manière de l'interpréter - était une insulte faite aux femmes. Donc elle propose le concept de **l'envie utérus** où les hommes éprouvent un **sentiment d'infériorité**, car ils ne peuvent pas donner naissance à des enfants. * Elle a été liée au mouvement psychanalytique **culturaliste** et a divergé des théories freudiennes sur sa mise de l'**autoanalyse**. * **Autoanalyse :** Analyse du sujet par lui-même, empruntant à la psychanalyse les techniques de ***l'association libre*** et de ***l'interprétation des rêves***. * Elle a défini ainsi le concept de « névrose »: il s'agit pour elle d'un moyen de **régler des conflits internes**, qui, sans cela, pourraient avoir des **conséquences** dramatiques (fortes angoisses, tendances suicidaires, agressivité incontrôlée, etc.). * **10 besoins névrotiques « élémentaires »:** * le besoin d'affection, d'appréciation de la part des autres * le besoin d'un partenaire (idée que l'amour résout tous les problèmes) * le besoin de restreindre sa vie à un ensemble étriqué (envie de se contenter d'un absolu minimum, idée que « rien ne manquera » à son bonheur) * le besoin de pouvoir, de contrôle des autres, de paraître omnipotent (pouvoir sans limite) * le besoin d'exploiter les autres, d'en retirer le meilleur * le besoin de reconnaissance sociale, de prestige * le besoin d'admiration personnelle (se sentir important et digne de valeur) * le besoin de réussite personnelle * le besoin d'indépendance (auto-suffisance) * le besoin de perfection |
| Carl Gustav Jung  (1875-1961)    Carl Jung (suite) | * Développement personnel * Sa théorie d’**individuation** (le processus par lequel un ***individu devient une totalité***) * est un processus destiné à **harmoniser** les rapports du **conscient** avec l'**inconscient** et ayant pour but le développement de la **personnalité** de l’individu * **EXTRAVERSION** * l'« état, l'acte ou l'habitude, orientée par une gratification externe à la personnalité. » Les individus extravertis tendent à se satisfaire des **interactions sociales** et à être ***enthousiastes, bavards, et assertifs*** notamment. Ils prennent plaisir à participer à des activités en groupe, comme des fêtes, des manifestations publiques, entre autres. Un individu extraverti préfère interagir socialement plutôt que de rester seul. * **INTROVERSION** * l'« état, ou la tendance, orienté par une gratification interne et le bien-être mental de l'individu concerné. » Les individus introvertis seraient ***plus réservés et moins bavards*** en groupe. Ils prennent plaisir lors **d'activités solitaires** comme la lecture, les écrits, l'utilisation d'un ordinateur, ou la pêche. L'individu introverti prend plaisir seul plutôt qu'en groupe, bien qu'il puisse apprécier des activités entre amis. Il préfère se concentrer sur une activité simple et observe les situations avant d'y participer : cette action est particulièrement observée dans le développement de l'enfant et l'adolescent. Les individus introvertis prennent le temps **d'analyser avant d'agir**. * Mais le plus important de tous est le **Soi**, qui est l’archétype **central** de la personne psychique. * Les archétypes se manifestent à travers des images archétypales (dans toutes les cultures et les doctrines religieuses), dans les **rêves** et les **visions**. * Par conséquent, Jung se concentre sur ***l’interprétation des rêves*** et des ***symboles*** afin de découvrir la **signification** induite par les archétypes comme des marques de la transformation de la psyché. * L’inconscient collectif est une donnée **universelle** que chaque être humain est doté depuis sa naissance donc il **est inné** et non acquis. |
| Alfred Adler  (1870-1937) | * Développement personnel * «Sens de la vie» * **PSYCHOLOGIE INDIVIDUELLE** * car il constatait que chaque patient est **unique** et ne ressemble à aucun autre, et que c'est comme un **individu** et comme une totalité qu'il faut le traiter sur le plan **corporel** et le comprendre sur le plan **psychique** * Il insiste sur l’idée que les aspirations humaines sont tournées **vers l’avenir** et **pas seulement** le fruit de moteurs *inconscients* ou *d’expériences infantiles*. * Il est aussi à l’origine du concept de « style de vie », qu’il définit comme une approche personnelle de la vie, où **chacun** se forge une **image de soi** et à **sa manière** de faire **face aux problèmes** * Ce concept a influencé le «management» qui l’a traduit par la recherche d’un **équilibre** entre vie **professionnelle** et vie **personnelle**. * Le fait d'éprouver un fort **sentiment d'infériorité** (la notion de complexe d'infériorité) pouvait aboutir à une **surcompensation** sous la forme d'un **effort exagéré de valorisation**, ou à ce qu'il appelait la **volonté de puissance**. Adler décrivait le caractère nerveux comme le trait d'union entre la psychologie ***normale*** et la psychologie ***névrosée***. * Présent en chacun de nous, le complexe d’infériorité n’a rien d’anormal puisque, ***bébé***, nous vivons dans un **état d’infériorité** et de **dépendance** très important ***face aux adultes***. Adler explique que ce sentiment repose d’abord sur une base **physiologique**, car nous avons tous un **patrimoine génétique différent**, qui a ses ***propres qualités*** et ses ***propres défauts***, ses ***avantages*** et ses ***handicaps***. Il a ensuite étendu cette théorie à la vie psychique, et a souligné que le sentiment d’infériorité **devient pathologique** lorsque, ***à l’âge adulte***, on n’a pas réussi à la dépasser. |
| Sigmund Freud | * Voir notes |
| Erik Erikson | * Voir notes |