

Anima

L'**anima** est, dans la psychologie analytique du psychiatre suisse Carl Gustav Jung, la représentation féminine au sein de l'imaginaire de l'homme. Il s'agit d'un archétype, donc d'une formation de l'inconscient collectif, qui a son pendant chez la femme sous le nom d'animus.

Cet archétype se manifeste tout au long de la vie, projeté inconsciemment, d'abord sur le parent du sexe opposé, puis sur les personnes rencontrées auxquelles sont alors prêtées les caractéristiques de cette image.

Article principal : psychologie analytique.

Sommaire

- 1 Origine de la notion
- 2 Définition en psychologie analytique
 - 2.1 Animus et Anima
 - 2.2 L'archétype de la fonction inconsciente
 - 2.3 Influence sur la personnalité
- 3 Figures de l'anima
 - 3.1 L'Anima dans les rêves
 - 3.2 Une inspiratrice des Arts
- 4 L'anima dans la thérapie jungienne
 - 4.1 La confrontation avec l'anima
 - 4.2 Le Dialogue intérieur et l'Anima
- 5 La part féminine de l'homme en-dehors de la psychologie analytique
- 6 Notes et références
 - 6.1 Ouvrages de C. G. Jung utilisés comme sources
 - 6.2 Autres sources utilisées
- 7 Voir aussi
 - 7.1 Liens externes
 - 7.2 Bibliographie complémentaire

Origine de la notion

Des rencontres avec Toni Wolff naissent les concepts d'« anima », d'« animus » et de « persona ».

Définition en psychologie analytique

Animus et Anima

Article détaillé : animus.

Ces deux éléments fondamentaux de la psyché ne sont pas symétriques ; en effet, l'Anima est l'archétype de la vie en soi, qui procure expérience et connaissance chez l'homme. C'est une fonction régulatrice, qui a pour but d'adapter le conscient à l'inconscient, or l'Animus est lui un *logos* désignant une fonction de discrimination.

Leurs manifestations sont également divergentes :

« Pour décrire en bref ce qui fait la différence entre l'homme et la femme à ce point de vue, donc ce qui caractérise l'animus en face de l'anima, disons : alors que l'anima est la source d'humeurs et de caprices, l'animus, lui, est la source d'opinions ; et de même que les sautes d'humeur de l'homme procèdent d'arrière-plans obscurs, les opinions acerbes et magistrales de la femme reposent tout autant sur des préjugés inconscients et des a priori ^[1]. »

L'archétype de la fonction inconsciente

L'anima chez l'homme et l'animus chez la femme sont les archétypes du sexe opposés, c'est pourquoi Jung nomme ce couple « contra-sexuel ». Ils ont une fonction de régulation ou d'adaptation et contiennent une certaine charge psychique les rendant relativement autonomes au Moi^[F 1]. L'anima est ainsi une image innée de la femme chez l'homme (c'est la part féminine de l'homme), l'animus, une image innée de l'homme chez la femme (c'est

la part masculine de la femme). Tous deux sont perçus dans les rêves et se distinguent des autres archétypes personnels par la charge émotionnelle qu'ils véhiculent. Leur intégration permet de relier le conscient à l'inconscient et forme le travail préliminaire de l'individuation. Pour Jung tout homme a une image (ou « imago ») psychique de la femme, représentant dans sa psyché personnelle sa propre relation avec l'inconscient. C'est pourquoi pour les hommes l'anima représente les sentiments et les affects. L'anima ne renvoie pas à l'Œdipe freudien : il s'agit d'une fonction psychique personnifiée, celle de la relation du Moi masculin à l'inconscient et qui a pour but de compenser la conscience^[E 1].

Influence sur la personnalité

Contrairement à l'anima, l'animus féminin n'est pas un homme unique mais une pluralité virile^[E 2]. Chez la femme, il est à l'origine de comportements et de paroles acerbes et magistrales, péremptoires. Ces deux archétypes peuvent fasciner le Moi, c'est-à-dire l'envahir psychiquement. Jung parle alors de « possession par l'animus ou l'anima » lorsque l'un ou l'autre envahit le champ du conscient. L'étude des manifestations de l'anima ou de l'animus a donné lieu à une littérature abondante, d'Emma Jung (*La Légende du Saint Graal*) à Marie Louise von Franz (*La Femme dans les contes de fée*), de Clarissa Pinkola Estés (*Femmes qui courent avec les loups*) à Annick de Souzenelle (*Le Féminin de l'Etre. Pour en finir avec la côte d'Adam*).

Figures de l'anima

L'anima apparaît souvent dans les rêves et les fantasmes, sous les traits d'une femme séductrice ou diabolique qui est porteuse de valeurs féminines souvent très éloignées des valeurs masculines conscientes du rêveur. C'est au cours du processus d'individuation, souvent dans la seconde moitié de la vie, que l'homme se trouve confronté à cette figure de son inconscient : « L'anima est féminine ; elle est uniquement une formation de la psyché masculine et elle est une figure qui compense le conscient masculin »^[2].

Dès 1921, Jung définit l'Anima et l'Animus dans son ouvrage *Types psychologiques* pour rendre compte de l'expérience des délires de psychotiques dont il a eu la charge au Burghölzli, et qu'il a lui-même vécu lors de sa période de confrontation à l'inconscient, après sa rupture avec Freud. C'est notamment son épisode avec Sabina Spielrein qui créa chez lui les premiers linéaments d'une théorie des archétypes sexués au sein de la psyché de chaque genre.

Les figures féminines de la catégorie Anima se révèlent en général aux hommes. C'est pourquoi on la nomme la part féminine de l'homme. Dans le cadre de la clinique, ou simplement en suivant ses rêves, jour après jour, sur une longue période, et en prenant conscience de cette part féminine, ces personnages qu'il a en lui, le masculin réel de l'homme se met à se développer. Ce processus se nomme l'individuation. L'aboutissement de cette réalisation se fait en général, par la rencontre avec la figure de la femme sage vers la fin du processus. Les personnages masculins (bien que relevant en général de la psyché féminine) apparaissent parfois dans l'homme au cours de ce processus.

Constituant l'anima, la part féminine de l'homme, on peut trouver :

- 1^{er} niveau : femme primitive - par exemple Ève, Vénus, mais aussi les sirènes, les femmes fatales, etc.
- 2^e niveau : femme d'action - Par exemple Jeanne d'Arc, Diane la chasseresse, les amazones etc.
- 3^e niveau : femme de la sublimation - Par exemple : Vierge Marie, Kali chez les hindous, Isis, Déméter etc.
- 4^e niveau : femme sage - Par exemple une déesse mère, une guide.

Chaque niveau correspond à un niveau de maturité psycho-affective. En réalité, l'anima a une fonction régulatrice : « La présence d'une figure de l'anima dans le rêve fait en effet toujours supposer l'existence d'une fonction de relation. L'anima représente toujours chez l'homme la fonction de relation »^[3].

L'Anima dans les rêves

Dans les rêves, où apparaît de manière privilégiée l'Anima, celle-ci joue un rôle de guide, à travers des figures féminines révélatrices : « L'anima exprime en quelque sorte le désir. Elle représente certains désirs, certaines attentes. C'est pourquoi on la projette sur la personne d'une femme, à laquelle se voient attribuées certaines attentes, des attentes unilatérales, tout un système d'attentes. »^[4].

Une inspiratrice des Arts

Cette section est vide, pas assez détaillée ou incomplète. Votre aide est la bienvenue !

L'anima dans la thérapie jungienne

La confrontation avec l'anima

La confrontation avec cet autre, étape décisive de l'individuation, est génératrice d'angoisse, aux limites de la folie, néanmoins elle permet une intégration complète et harmonieuse des différentes instances composant la psyché^[5].



Illustration du dialogue de l'homme avec son anima : représentation de Psyché et Cupidon.

Le Dialogue intérieur et l'Anima

Dans la thérapie jungienne, la technique du dialogue intérieur, comme celle de l'imagination active, permet, par un dialogue réel avec ses contenus inconscients personnifiés, sous le contrôle critique du Moi, d'intégrer son image : « Tout l'art de ce dialogue intime consiste à laisser parler, à laisser accéder à la verbalisation le partenaire invisible, à mettre en quelque sorte à sa disposition momentanément les mécanismes de l'expression (...)»^[6]. »



La déesse Athéna.

La part féminine de l'homme en-dehors de la psychologie analytique

D'autres écoles analytiques ont mis au jour des concepts psychiques proches de celui d'Anima de Jung. L'« élément féminin pur » décrit par Winnicott dans son ouvrage *Jeu et réalité* par exemple ou « la position féminine de l'homme » de Jacques Lacan (*Séminaire 20*) s'en rapprochent.

Notes et références

Ouvrages de C. G. Jung utilisés comme sources

- ↑ « L'anima compense le conscient masculin. Chez la femme l'élément de compensation revêt un caractère masculin, et c'est pourquoi je l'ai appelé l'animus », in *Dialectique du moi et de l'inconscient*, Gallimard, 1971, p. 214.
- ↑ « Si, chez l'homme, l'anima apparaît sous les traits d'une femme, d'une personne, chez la femme l'animus s'exprime et apparaît sous les traits d'une pluralité », in *Dialectique du moi et de l'inconscient*, Gallimard, 1971, p. 215.
- *Dialectique du moi et de l'inconscient*, Gallimard, coll. « Folio », 1986 (ISBN 2-07-032372-2). première publication en 1933
- **(fr)** Henri F. Ellenberger, *Histoire de la découverte de l'inconscient*, Fayard, Paris, 2008 (ISBN 2-213-61090-8). le chapitre IX est consacré à Jung et à la psychologie analytique
- ↑ p. 728-729.
- **(fr)** Charles Baudouin, *L'Œuvre de Carl Jung et la psychologie complexe*, Petite bibliothèque Payot, coll. « numéro 133 », Paris, 2002 (ISBN 2228895709)
-

Autres sources utilisées

- ↑ C.G. Jung, *Dialectique du moi et de l'inconscient* , Idées / Gallimard, 1973, p. 181.
- ↑ C.G. Jung, *Dialectique du moi et de l'inconscient*, Gallimard, 1973, p. 179
- ↑ C.G. Jung, *Sur l'interprétation des rêves*, Albin Michel, 1998, p. 224.
- ↑ C.G. Jung, *Sur l'interprétation des rêves*, Albin Michel, 1998, p. 149.
- ↑ « Les éléments du monde intérieur nous influencent subjectivement de façon d'autant plus puissante qu'ils sont inconscients ; aussi, pour quiconque est désireux d'accomplir un progrès dans sa propre culture (et n'est-ce pas chez l'individu isolé que la culture commence ?), est-il indispensable d'objectiver en lui les efficacités de l'anima, afin de tenter de découvrir quels sont les contenus psychiques à l'origine des efficacités mystérieuses de l'âme. De la sorte, le sujet acquerra adaptation et protection contre les puissances invisibles qui vivent en lui », C.G. Jung, *Dialectique du moi et de l'inconscient*, Gallimard, 1973, p. 178.
- ↑ C.G. Jung, *Dialectique du moi et de l'inconscient* , Gallimard, 1973, pp. 171-172.

Voir aussi

Liens externes

- archétype
- inconscient collectif
- psychologie masculine
- dialogue intérieur

Bibliographie complémentaire

- **(fr)** Annick de Souzenelle, *Le Féminin de l'Etre. Pour en finir avec la côte d'Adam*, Albin Michel, 1997