

THE OU CAFE PHILO

COMPTE RENDU n° 164

Mardi 1^{er} juin 2021.

Nombre de personnes présentes : 6

THEMES PROPOSES :

- Comment naviguer entre pulsions et frustrations ?
- Ecouter la forêt qui pousse plutôt que l'arbre qui tombe (Friedrich Hegel philosophe allemand 1770-1831).

Thème retenu : **Comment naviguer entre pulsions et frustrations ?**

POINTS PRINCIPAUX EVOQUES :

- Différence entre pulsion et désir : désir, notion de présence et de volonté du sujet ; à l'inverse, la pulsion est une poussée exercée par le somatique qui s'impose au psychisme
- Frustration : privation d'une satisfaction
- La pulsion est une notion archaïque qui est nécessaire à la survie de l'espèce
- Le bébé, l'enfant manifeste ainsi son mal-être si pas de satisfaction immédiate de son besoin. Ce sont les parents qui donnent les limites et apprennent, de ce fait, à l'individu à supporter les frustrations, ce qui va s'inscrire dans le cortex frontal, selon les scientifiques
- Les pulsions sont de tous ordres : achats compulsifs (alors que les moyens financiers ne le permettent pas), besoin d'assouvir un désir immédiat de nourriture non appropriée ou de boissons nocives, enfreindre les lois et préceptes du moment (Cf. Covid), jouer à des jeux d'argent, s'adonner à la vitesse à bord d'un véhicule alors que l'état de la route ne le permet pas, se laisser aller à des pulsions sexuelles non consenties, prononcer des paroles que l'on regrettera par la suite etc.
- Ces différentes pulsions, si non assouvies, amènent de la frustration
- Il est possible de lutter contre ces pulsions par l'introspection pour une meilleure connaissance de soi et poser alors les barrières nécessaires pour ne pas tomber dans des pulsions regrettables : ignorer les lieux générateurs de pulsions : boutiques, salles de jeux, n'introduire aucun aliment ou boisson nocifs chez soi, etc.
- Les pulsions sortent du domaine de la réflexion
- Les pulsions peuvent être ressenties par la suite comme une marque de stupidité puisqu'elles font l'objet de regrets ; en revanche, si on a pu leur résister, cela engendre une grande satisfaction et une estime de soi
- Être esclave de ses pulsions ne permet pas de vivre en société, ni d'avancer dans la vie
- Il faut aussi reconnaître que certaines pulsions peuvent être sources de créativité (par ex. dans le domaine artistique)
- Certaines pulsions sont acceptables à condition qu'elles ne nuisent pas aux autres ni à soi-même ; cela permet alors de ne pas ressentir de frustration.

*Citation : « La conscience est la conséquence du renoncement aux pulsions. »
Sigmund Freud, médecin, psychanalyste, psychiatre, scientifique, 1856-1939).*