

COLLECTION « VIES SOCIALES »

Le soi : les fondamentaux



Alain Quiamzade et Fanny Lalot

Préface de Fabrizio Butera

PUG

Qui suis-je ? Où vais-je ? Dans quelle « étagère » ? disait Coluche. Au-delà de l'humour, ces questions renvoient à des problématiques existentielles millénaires qui ont trouvé autant de réponses que de penseurs.

Cet ouvrage propose d'y apporter l'éclairage de la psychologie scientifique, sous l'angle social et motivationnel. Il présente d'abord le soi *comme contenu*, ce qui répond à la question de savoir ce qu'est le soi (« qui suis-je ? »). Le lecteur y découvrira le concept du soi et sa construction sur la base des interactions avec autrui, ce que l'on y met, et comment l'individu se perçoit lui-même subjectivement sur cette base.

La deuxième partie de l'ouvrage traite du soi *comme processus*, ce qui répond à la question de la manière dont le soi va influencer les comportements (« où vais-je ? »). Cette partie aborde, entre autres, l'ensemble des motivations qui guident la fixation des objectifs de vie par l'individu sur la base de son concept de soi, ainsi que les processus de régulation de soi qui décrivent comment les individus agissent stratégiquement pour essayer de se rapprocher de ces objectifs.

Alors « dans quelle étagère » cet ouvrage sur le soi devrait-il se percher ? Il mérite certainement toute sa place dans la bibliothèque de tout lecteur qui veut savoir comment, en l'état des connaissances actuelles, la psychologie scientifique répond à ces questions.

*Psychologue, économiste et juriste, **Alain Quiamzade** est maître d'enseignement et de recherche à l'université de Genève où il enseigne son domaine de prédilection : la psychologie sociale. Il est également chargé de cours à l'Université par correspondance suisse dans la même discipline. **Fanny Lalot** est psychologue sociale, spécialiste des questions de motivation, d'influence sociale et de psychologie de l'environnement. Elle est actuellement chercheuse à l'université de Bâle.*



UNIVERSITÉ
DE GENÈVE

FAKULTÉ DE PSYCHOLOGIE
ET DES SCIENCES DE L'ÉDUCATION



Universität
Basel



Presses universitaires de Grenoble
15, rue de l'Abbé-Vincent – 38600 Fontaine
ISBN 978-2-7061-5304-4
ISSN 0986-4547
Prix 25,00 € (TTC France)

Le soi :
les fondamentaux



Le code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L.122-5, 2° et 3° a, d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L.122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L.335-2 et suivants du code de la propriété intellectuelle.

Relecture : Eline Susset

Mise en page : Catherine Revil

Image de couverture : © Alta Oosthuizen / AdobeStock.com

Achévé d'imprimer en septembre 2022

sur les presses de la Nouvelle Imprimerie Laballery – 58500 Clamecy

Dépôt légal : octobre 2022 – N° d'impression : 208180

Imprimé en France

La Nouvelle Imprimerie Laballery est titulaire de la marque Imprim'Vert®

© Presses universitaires de Grenoble, octobre 2022

15, rue de l'Abbé-Vincent – 38600 Fontaine

www.pug.fr

ISBN 978-2-7061-5304-4

Alain Quiamzade et Fanny Lalot

Le soi :
les fondamentaux

Préface de Fabrizio Butera

PUG

« VIES SOCIALES »

Collection dirigée par Fabio Lorenzi-Cioldi

DANS LA MÊME COLLECTION

P. Moliner & G. Lo Monaco, *Méthodes d'association verbale pour les sciences humaines et sociales. Fondements conceptuels et aspects pratiques*, 2017

A. Quiazade, G. Mugny & F. Butera, *Psychologie sociale de la connaissance. Étayage expérimental*, 2014

A. Quiazade, G. Mugny & F. Butera, *Psychologie sociale de la connaissance. Fondements théoriques*, 2013

C. Blatier, *La délinquance des mineurs. L'enfant, le psychologue, le droit*, 3^e édition revue et augmentée, 2014

J.-M. Monteil & P. Huguet, *Réussir ou échouer à l'école : une question de contexte ?*, édition revue, 2013

N. Dubois, *La norme d'internalité et le libéralisme*, 2^e édition, 2009

F. Lorenzi-Cioldi, *Dominants et dominés. Les identités des collections et des agrégats*, 2^e édition, 2009

A. Bangerter, *La diffusion des croyances populaires. L'effet Mozart*, 2008

M. L. Hoffman, *Empathie et développement moral. Les émotions morales et la justice*, 2008. Traduction de *Empathy and Moral Development. Implications for Caring and Justice*, Cambridge University Press, 2000

C. Staerklé (dir.), *Qui a droit à quoi ?*, 2007

A. Dafflon Nouvelle (dir.), *Filles-garçons. Socialisation différenciée ?*, 2006

M. Sanchez-Mazas, L. Licata (dir.), *L'Autre. Regards psychosociaux*, 2005

J.M. Falomir Pichastor & G. Mugny, *Société contre fumeur. Une analyse psychosociale de l'influence des experts*, 2004

P. Moliner (dir.), *La dynamique des représentations sociales*, 2001

J.-P. Deconchy, *Les animaux surnaturés*, 2000

J.-C. Deschamps et al., *L'identité sociale. La construction de l'individu dans les relations entre groupes*, 1999

D. Desor, *Le comportement social des animaux. De l'art de vivre ensemble chez les fourmis, les rats, les loups et les autres*, 1999

M. Tostain, *Psychologie, morale et culture. L'évolution de la morale de l'enfance à l'âge adulte*, 1999

P. Moliner, *Images et représentations sociales. De la théorie des représentations à l'étude des images sociales*, 1996

V. Yzerbyt & G. Schadron, *Connaître et juger autrui. Une introduction à la cognition sociale*, 1996

A. Bertone, M. Mélen, J. Py & A. Somat, *Témoins sous influences. Recherches de psychologie sociale et cognitive*, 1995

M.-L. Rouquette, *Sur la connaissance des masses*, 1994

A. Trognon & R. Ghiglione, *Où va la pragmatique ? De la pragmatique à la psychologie sociale*, 1993

W. Doise, A. Clemence & F. Lorenzi-Cioldi, *Représentations sociales et analyses de données*, 1992

**NOTE SUR LA STRUCTURE DE L'OUVRAGE
ET LES RENVOIS DANS LE CORPS DU TEXTE**

L'ouvrage est divisé en parties (I), chapitres (1) et sections (1.1 et 1.1.1), voir Table des matières p. 341. Ainsi :

- la mention « voir I.2 » renvoie à Partie I, Chapitre 2.
- la mention « voir I.2.4 » renvoie à Partie I, Chapitre 2, section 2.4
- la mention « voir I.5.2.1 » renvoie à Partie I, Chapitre 5, section 5.2.1

PRÉFACE

Ce n'est pas un secret : Alain Quiamzade et Fanny Lalot sont des fins collectionneurs de livres anciens de psychologie. Et en même temps, ce sont des scientifiques très actifs dans la recherche de pointe en psychologie, dont ils connaissent de l'intérieur les dernières innovations théoriques et méthodologiques. Cette note introductive est importante, à mon avis, pour bien comprendre la nature et l'un des atouts principaux de ce livre : la recherche sur le soi y est présentée à travers les travaux les plus classiques, souvent des textes fondateurs de l'histoire de la psychologie, mais aussi en mettant en exergue l'actualité la plus récente de la recherche dans ce domaine. Sans, bien entendu, manquer de rapporter les études qui ont été menées entre ces deux pôles temporels, ce qui donne un aperçu de la recherche sur le soi qui non seulement permet de comprendre la richesse de ce construit central en psychologie, mais qui rend compte aussi de l'évolution et des transformations de la recherche sur le soi. Quand on lit le titre et le sous-titre de cet ouvrage – *Le soi : Les fondamentaux* –, c'est bien cette exhaustivité historique qu'il faut comprendre.

Ce choix est un atout important pour deux raisons complémentaires. La première est que le soi est un objet d'étude présent depuis les origines de la psychologie scientifique. Dès l'introduction, et à travers plusieurs chapitres, il apparaît clairement que le soi a été une préoccupation fondamentale des premiers chercheurs en psychologie, et que l'étude du soi a façonné ce que la psychologie scientifique est devenue par la suite. Il se trouve aussi que l'étude du soi donne encore lieu à des recherches récentes, très diversifiées en termes d'approche et de méthode ; la lecture des différents chapitres de ce livre atteste du foisonnement de questions que l'étude du soi soulève. L'approche compréhensive des auteurs de ce volume, entre textes classiques et développements récents, permet donc de rendre compte du long parcours du soi en psychologie.

La deuxième raison pour laquelle il est important de se pencher sur les fondamentaux anciens et d'aujourd'hui a trait au défi auquel sont confrontées les nouvelles générations qui se consacrent à l'étude de la psychologie. D'une part, la psychologie scientifique a désormais plus d'un siècle d'histoire et les textes fondateurs de la discipline peuvent paraître aujourd'hui désuets ou même anachroniques et déconnectés de la réalité. D'autre part, l'accélération des pratiques de publication en psychologie, comme dans toutes les sciences, met à disposition un nombre impressionnant de nouvelles connaissances qui peuvent paraître difficiles à intégrer. Les étudiants en psychologie pourraient facilement se trouver dépassés par une telle abondance dans la recherche. Le livre que vous vous apprêtez à lire permet d'affronter ce défi, en tout cas en ce qui concerne le soi : l'empan temporel des études rapportées permet à la fois de comprendre l'importance des travaux classiques et de mettre en perspective les travaux les plus récents (et d'en comprendre l'originalité). D'ailleurs, l'organisation des chapitres de ce livre – qui distingue le soi comme contenu du soi comme processus – contribue à cette mise en perspective, puisqu'elle permet de comprendre les questions que les chercheurs ont posées dans l'étude du soi aux niveaux cognitif, motivationnel et relationnel.

Au-delà de la tension ancien-récent, ce livre s'articule autour d'une autre tension, à savoir la dyade théorique-empirique. Les lecteurs verront que les différents chapitres présentent un bon nombre de formulations théoriques, d'hypothèses et de modèles que la recherche sur le soi a générés pendant sa longue histoire. Les constructions théorique et hypothétique sont fondamentales dans toutes les sciences et les auteurs de ce livre les ont présentées de façon très pédagogique. De plus, et c'est un autre atout important de cet ouvrage, tous les chapitres entrent dans le détail des démonstrations empiriques des propositions principales des différentes théories. Un tel travail systématique d'illustration et de démonstration par des études pour la plupart expérimentales aura, je l'espère, deux conséquences pédagogiques importantes. La première concerne les étudiants. En montrant comment la science psychologique se construit et se teste, les expériences

rapportées dans ce livre permettent de mettre en évidence pour les étudiants le processus rigoureux de vérification qui est à la base des connaissances de la psychologie. Les étudiants en psychologie ont parfois des difficultés à affirmer la validité de leurs connaissances, surtout par comparaison aux connaissances qui viennent des sciences naturelles, et le florilège d'études rigoureuses et consistantes qui sont rapportées ici leur sera certainement utile pour argumenter du caractère scientifique de ce qu'ils connaissent sur le soi.

La deuxième conséquence pédagogique importante de l'accent que ce livre met sur les démonstrations empiriques concerne les lecteurs qui s'intéressent au soi sans nécessairement être des étudiants ou qui n'auraient pas la moindre connaissance préalable dans le domaine. Cela ne constitue nullement un obstacle, ce livre leur est également adressé. Les phénomènes psychologiques et sociaux en général, et le soi en particulier, sont des questions sur lesquelles tout le monde a une opinion. L'estime de soi, la comparaison à autrui, l'auto-perception, etc., sont des questions qui donnent l'impression qu'il suffit d'un peu d'introspection et d'observation pour se faire un avis plutôt bien fondé. Les expériences de ce livre montrent au contraire l'effort empirique que la psychologie a dû déployer pour tester des hypothèses qui pourraient paraître simples, ainsi que la rigueur qui est nécessaire pour parvenir à des réponses qui donnent quelques garanties de fiabilité.

Je n'en dis pas plus. Les pages qui vont suivre seront denses et passionnantes, riches de révélations et de découvertes. Ce livre se lit comme un roman, même s'il raconte une histoire qui n'a rien de la fiction : l'histoire des réponses que la psychologie scientifique a données à nos questions sur qui nous sommes.

Fabrizio Butera, Université de Lausanne

INTRODUCTION

Qu'est-ce que le soi ?

Imaginez que vous êtes à une fête et que vous discutez avec quelqu'un. Il y a du bruit autour de vous, en l'occurrence une musique trop forte qui englobe le son des multiples discussions. Vous luttez dans cette cacophonie de voix pour comprendre ce que dit votre interlocuteur et vous vous efforcez tant bien que mal de faire abstraction du bruit ambiant. Soudainement, vous entendez votre nom émerger dans le brouhaha que précisément vous vous efforciez de ne pas écouter : quelqu'un vient de vous appeler et cela a attiré votre attention au point que vous avez cessé d'écouter votre interlocuteur. Comment est-il possible que vous entendiez spécifiquement cet appel au milieu des discussions, et ce, alors même qu'il vous est impossible de décrire le contenu de ces discussions ? Vous venez de vivre l'effet *cocktail party* (Cherry, 1953 ; Moray, 1959), qui reflète l'impossibilité, lorsqu'on est concentré sur une source sonore verbale, d'enregistrer l'information émanant d'une autre source verbale, à l'exception de son propre nom. Le fait d'entendre son nom permet dans une certaine mesure de désengager l'attention de la première source verbale pour l'orienter vers la seconde (Wood & Cowan, 1995). Que la sonorité correspondant à son propre nom soit un des rares éléments à même de produire cette réorientation de l'attention suggère ce qui peut être considéré comme un truisme : le soi est pour les individus une chose importante et même centrale, et est donc digne d'une attention supérieure à celle prêtée à d'autres contenus.

En somme, s'il est un domaine qui nous intéresse au plus haut point, c'est nous-même. Il n'est dès lors pas étonnant que le soi devienne un objet de centration aisé. Cette importance marquée de ce qui fait référence à soi est également soulignée par le fait qu'elle s'observe très tôt dans l'enfance. Les enfants sont en effet capables de reconnaître et de répondre à leur nom, avant même

de pouvoir marcher ou parler (Newman, 2005). Le fait que le soi représente quelque chose de fondamental pour les individus, et ce, dès le plus jeune âge, ne renseigne pas pour autant directement sur ce qu'est le soi. Vous pensez probablement savoir si vous êtes plutôt extraverti(e) ou introverti(e), ou ni l'un ni l'autre, et si cette dimension est ou non importante pour définir qui vous êtes. Mais si chacun a une idée de qui il est et de ce qu'il est, quelle conception scientifique avons-nous de cette idée que les individus se font d'eux-mêmes ? C'est ce dont il sera question plus avant.

L'étude du soi est importante pour la psychologie sociale pour au moins deux raisons. Premièrement, bien que le soi se construise par l'intermédiaire de fonctionnements psychologiques propres à l'individu comme la recherche de cohérence interne (voir I.4.3) ou la perception de soi-même (voir I.4.1), c'est aussi une création sociale : c'est en effet par les interactions directes avec les autres (comme les amis, la famille, les collègues ou les voisins ; voir I.5.2.1, et aussi I.5.2.2), par la comparaison avec eux (voir I.5.1) ou par des interactions indirectes qui relèvent d'un niveau plus sociétal (comme avec les médias, la littérature ou la culture, voir I.6.3) que le soi se constitue, existe et fonctionne. Ce sont donc des processus d'influence au sens large (voir Mugny *et al.*, 2017) qui déterminent qui nous pensons être. Deuxièmement, l'ego n'existe que par opposition à un alter (voir II.2.1). Son expression est très souvent le produit d'une régulation du soi en rapport avec autrui. Le soi a donc également pour finalité d'incorporer et de gérer les relations avec les tiers (voir I.6.2 et I.6.4). Ainsi, si le soi est un construit intra-individuel, il implique bien plus qu'un fonctionnement purement interne : il est la passerelle psychologique entre l'individu et son environnement social. C'est pourquoi le soi est l'un des plus anciens objets d'étude dans le cadre de la psychologie et reste un des plus étudiés en psychologie sociale à ce jour.

De fait, l'étude de ce qu'est le soi a démarré bien avant même le début de la psychologie. De l'Antiquité à la Renaissance, la question du soi, son existence, son contenu et son origine, a taraudé

les philosophes (voir Baumeister, 1987). C'est probablement aux Grecs que l'on doit l'idée selon laquelle chercher à se connaître au-delà de connaître le monde qui nous entoure est une vertu. Si l'on en croit le *Charmide* de Platon, le plus ancien des préceptes de base grec gravé au fronton du temple de Delphes « *Gnauthi Seoton* » (connais-toi toi-même), dont Socrate avait fait sa devise, est déjà la marque d'un intérêt pour le soi. En psychologie, et plus spécifiquement en psychologie sociale, le soi a été dès le début de la discipline au cœur des préoccupations des auteurs. Parmi ceux-ci, trois noms sont fréquemment associés à cette étude pionnière du soi : James (1890), Cooley (1902) et Mead (1934). Tous trois ont énoncé des idées sur le soi ou proposé des conceptions du soi qui, bien que de l'ordre des conjectures puisque sans réel étayage expérimental au sens moderne, n'en sont pas moins restées comme une armature pour les développements ultérieurs de l'étude du soi. Voyons succinctement quelques idées clés énoncées par ces auteurs sur lesquelles les psychologues plus modernes ont ensuite pris appui et qui nous seront donc utiles pour comprendre la construction du savoir sur ce qu'est le soi.

James (1890) conçoit le soi comme l'unité fondamentale d'analyse pour comprendre le comportement d'une personne. De façon fondamentale, il distingue le « moi » objet du « je » sujet : le « moi » est le soi en tant que *contenu*, c'est-à-dire l'ensemble des caractéristiques idiosyncrasiques, les traits de personnalité, ainsi que le corps physique et sa représentation ou schéma corporel. Le « je » est le soi en tant que *processus*, c'est-à-dire l'agent percevant le contenu du soi et agissant dessus. Cette distinction entre contenu et processus est restée très usitée, les concepts étudiés relativement au soi ayant eux-mêmes parfois été organisés selon cette dichotomie. Le soi en tant que contenu sera l'objet de la première moitié du présent ouvrage, tandis que le soi en tant que processus sera celui de sa seconde moitié.

Par ailleurs, James (1890) considère que le soi est la somme de tout ce que l'individu peut appeler « sien », en énumérant : son corps, son psychisme, mais également ses habits et sa maison, son conjoint et ses enfants, ses ancêtres, ses amis, sa réputation,

son travail, ses terres et son compte bancaire. Le soi serait ainsi associé à une foultitude hétéroclite d'éléments externes. En guise d'organisation de ces éléments, James distingue le soi *matériel* (qui concerne le corps, les objets, les possessions matérielles), le soi *social* (qui concerne le rapport aux autres, l'image qu'on renvoie) et le soi *spirituel* (qui renvoie aux habiletés, valeurs et idéaux). Indépendamment des contenus spécifiques proposés par James, cette idée d'une multiplicité de contenus qui s'articulent pour composer un soi figurativement comparable à une sorte de bouquet sera reprise dans nombre de travaux ultérieurs sur la multidimensionnalité (voir I.1.2.1) du concept de soi et leur organisation hiérarchique (voir I.1.2.2).

Un deuxième auteur fondateur dans l'étude du soi est Cooley (1902). Il suggère que le soi naît des relations interpersonnelles et de la perception qu'autrui a du soi et propose ainsi la notion de *looking glass self* (voir I.5.2). Sa proposition est que les gens qui nous entourent représentent un miroir dans lequel nous pouvons nous voir pour apprendre à nous connaître. L'information ne provient pas seulement de ce que nous faisons dans le rapport avec autrui, mais aussi de ce que les autres font en réaction et de ce qu'ils disent du soi. Tout cela va modifier les représentations que nous avons de nous-même. Autrement dit, nous nous définissons aussi par ce que les autres pensent de nous. De nombreux auteurs ont repris cette idée de Cooley pour étudier comment autrui influence les conceptions que l'individu a de lui-même – une ligne de recherche qui a pu mettre à jour toutes sortes d'influences et de biais (voir I.5.2.2 et suivants).

Finalement, un troisième auteur pionnier est Mead (1934), dont nous retiendrons deux propositions. Tout d'abord, Mead distingue le « je » et le « moi ». Le « *je* » est défini comme une composante personnelle du soi associée au « *moi* » qui est, par contraste, une intériorisation de dimensions sociales (les rôles sociaux, les hiérarchies ou la culture). Ensuite, Mead considère qu'il peut exister autant de soi différents que de rôles sociaux à remplir. Diverses conceptualisations ultérieures comme les soi possibles (voir II.5.1), l'estime de soi et l'identité personnelle par opposition

à sociale (voir I.2.4), ou encore l'effet de la culture sur le soi avec l'intégration d'autrui dans le soi (voir I.6.2 et I.6.4) font écho à ces propositions originelles.

Depuis ces travaux pionniers, l'étude du soi est omniprésente en psychologie. Une recherche par mots-clés dans les bases de données scientifiques identifiait ainsi en 2011 environ 260 000 travaux scientifiques impliquant le mot « soi » (« *self* » ; ce après avoir supprimé les occurrences pour « *self-report* » ; Leary & Tangney, 2012). Il s'avère que plusieurs dizaines de contenus étudiés ont pour point commun le soi. Citons parmi les plus célèbres : l'estime de soi (voir I.2), l'auto-perception (voir I.4.1), la conscience de soi (voir II.2), la régulation du soi (voir II.3), et les motivations à l'évaluation de soi (voir II.6). En raison notamment de cette multiplicité de contenus, il n'y a pas une définition unique et universelle du soi, mais plutôt de nombreuses définitions qui dépendent du phénomène spécifique étudié, au point que certains auteurs considèrent la recherche d'une définition du soi comme une entreprise vaine ou illusoire (Metzinger, 2009 ; Vierkant, 2003). D'autres ont toutefois, pour tenter de pallier ces problèmes, donné une définition très large du soi et indépendante des contenus étudiés.

Sedikides et Gregg (2003, p. 110) définissent ainsi le soi comme « la totalité des phénomènes psychologiques interreliés mais distincts, qui soit sous-tendent, soit interagissent causalement avec, soit dépendent directement d'une conscience réflexive sur soi-même ». Cette définition générale étant très inclusive, à défaut de définir directement ce qu'est le soi parce que très abstraite, elle devrait à tout le moins permettre de concevoir le soi comme un ensemble de propriétés ou de processus quant à eux définissables et empiriquement étudiables.

Notons finalement qu'alors que la définition du soi reste floue et générale, on a paradoxalement une idée assez précise des zones cérébrales impliquées dans l'activité mentale concernée par le soi. La connaissance des localisations des zones associées au traitement du soi peut s'avérer utile, car celles-ci peuvent aider à le définir (Gallagher, 2013 ; Sugiura, 2013). En effet, lorsqu'on connaît

la fonction d'une zone du cerveau qui participe à la production d'un phénomène psychologique, on a une meilleure idée de ce que ce phénomène recoupe et donc de ce qu'il peut être. Sans entrer dans le détail, Northoff *et al.* (2006) ont pu déterminer en comparant à travers 27 études en imagerie cérébrale l'activation corticale dans des tâches faisant ou non référence au soi que les diverses activités impliquant le soi semblaient toutes mobiliser les structures corticales de la ligne médiane. En son sein, le cortex préfrontal médial et orbital serait concerné par les activités de représentation du soi, formant ainsi la porte de la conscience de soi (voir II.2). Le cortex préfrontal dorso-médial serait impliqué dans l'évaluation du soi (voir I.2 et aussi II.6), le cortex cingulaire antérieur concernerait des fonctions de contrôle et de monitoring associées au soi (voir II.3), et finalement le cortex postérieur cingulaire s'occuperait de l'intégration des informations au soi (Northoff & Bermpohl, 2004). Cela suggère que les structures corticales de la ligne médiane sont probablement bien au cœur des fonctionnements relatifs au soi, puisqu'elle semble en regrouper un certain nombre. Nous allons voir au travers de cet ouvrage que les fonctions qui viennent d'être décrites sont effectivement fondamentales dans les processus relatifs au soi, sans toutefois réduire le soi à ces simples fonctions. Nous pouvons déjà à titre liminaire satisfaire au minimum la définition de Sedikides et Gregg (2003) citée précédemment avec trois éléments issus de ces travaux. Le soi pourrait être une sorte de traitement réflexif sur soi-même, dont le rôle principal serait d'assurer un contrôle exécutif efficace du comportement, et ce, en partie sur la base d'un monitoring des évaluations qui sont associées au soi.

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|---|----|
| Préface | 7 |
| Introduction. Qu'est-ce que le soi ? | 11 |

PARTIE I

Le soi comme contenu : le concept de soi

| | |
|--|----|
| Chapitre 1. Le concept de soi en tant que construit structuré et organisé | 21 |
|--|----|

| | |
|--|----|
| 1.1 Les schémas du soi et leur contenu | 21 |
| 1.1.1 <i>La définition et les hypothèses de Markus</i> | 21 |
| 1.1.2 <i>Schémas de soi et informations autobiographiques</i> | 25 |
| 1.1.3 <i>Extension aux objets</i> | 28 |
| 1.2 La structure psychologiquement hiérarchisée du concept de soi | 32 |
| 1.2.1 <i>La multidimensionnalité du concept de soi</i> | 32 |
| 1.2.2 <i>La hiérarchisation des contenus du concept de soi</i> | 33 |
| 1.3 Le stockage indépendant des informations en mémoire | 34 |

| | |
|--|----|
| Chapitre 2. La dimension évaluative du concept de soi : l'estime de soi | 41 |
|--|----|

| | |
|---|----|
| 2.1 L'estime de soi : définition | 41 |
| 2.2 La théorie du socio-mètre | 47 |
| 2.3 Estime de soi et gestion de la peur de la mort | 53 |
| 2.4 Estime de soi personnelle et collective, identité personnelle et sociale | 55 |

| | |
|---|-----|
| Chapitre 3. La spécificité du soi et l'effet d'auto-référencement | 63 |
| 3.1 L'effet d'auto-référencement | 63 |
| 3.2 Effet général de référence au soi ? La différence entre traits et contenus épisodiques | 66 |
| 3.3 L'auto-référencement, une question d'organisation | 67 |
| 3.4 La comparaison soi-autrui | 70 |
| 3.5 La positivité supérieure du soi | 73 |
| 3.6 Spécificité du soi et neurosciences | 75 |
| | |
| Chapitre 4. Les déterminants du soi comme contenu : sources intra-individuelles | 79 |
| 4.1 La théorie de l'auto-perception et l'information provenant des comportements | 79 |
| 4.2 L'introspection et l'information provenant des cognitions internes | 87 |
| 4.3 La dissonance cognitive et le besoin de consistance interne | 89 |
| 4.4 Objectivité de la connaissance sur soi et asymétrie de connaissance soi-autrui | 97 |
| | |
| Chapitre 5. Les déterminants du soi comme contenu : sources interpersonnelles | 107 |
| 5.1 La comparaison sociale | 107 |
| 5.1.1 <i>La comparaison sociale comme source informative</i> | 108 |
| 5.1.2 <i>La comparaison sociale comme source évaluative</i> | 114 |
| 5.2 Le <i>looking glass self</i> | 122 |
| 5.2.1 <i>Le looking glass self : effet direct et effet indirect</i> | 122 |
| 5.2.2 <i>Le looking glass self : de l'effet filtré aux biais</i> | 126 |
| 5.2.3 <i>Biais de transmission</i> | 128 |

| | |
|--|-----|
| 5.2.4 Biais de perception | 131 |
| 5.2.5 Biais d'intégration | 131 |
| 5.2.6 Le looking glass self : projection sur autrui des croyances propres | 134 |
| Chapitre 6. Les déterminants du soi comme contenu : sources culturelles | 139 |
| 6.1 Dimensions différenciant les cultures | 139 |
| 6.2 La notion de <i>self-construal</i> | 141 |
| 6.3 L'ancrage culturel du <i>self-construal</i> | 144 |
| 6.4 Les effets cognitifs et comportementaux du <i>self-construal</i> | 147 |
| 6.5 Différences culturelles d'estime de soi | 152 |
| 6.6 Occidentalo-centrisme et <i>self-regard</i> | 156 |
| Résumé de la première partie | 163 |

PARTIE II

Le soi comme processus

| | |
|--|-----|
| Chapitre 1. Stabilité-instabilité et représentation du concept de soi | 167 |
| 1.1 Stabilité et instabilité du concept de soi | 168 |
| 1.2 La résistance au changement du concept de soi | 171 |
| 1.3 Théories implicites de stabilité-instabilité des attributs de soi | 173 |
| 1.4 Stabilité-instabilité du concept de soi et <i>self-construal</i> | 179 |
| 1.5 Théories implicites de stabilité-instabilité des attributs de soi, déroulement de la vie et résistance au changement du concept de soi | 182 |

| | |
|--|-----|
| 1.6 Stabilité et instabilité de l'estime de soi | 185 |
| 1.7 Théorie de la clarté du concept de soi | 189 |
| 1.8 Théorie des contingences de la valeur du soi | 191 |
| Chapitre 2. La conscience de soi | 195 |
| 2.1 Perspective évolutive : la conscience de soi chez l'homme et l'animal | 196 |
| 2.2 Conscience de soi privée et publique | 200 |
| Chapitre 3. La régulation du soi | 207 |
| 3.1 La théorie de l'auto-régulation | 207 |
| 3.2 La théorie de la conscience de soi objective (<i>self-awareness</i>) | 209 |
| 3.3 La théorie de la complétude de soi | 211 |
| Chapitre 4. Les stratégies de la régulation du soi | 215 |
| 4.1 Les standards de la régulation du soi | 215 |
| 4.2 Stratégies de correction de la divergence au standard | 218 |
| 4.2.1 <i>Stratégie de changement des cognitions pour les rendre congruentes avec le standard</i> | 218 |
| 4.2.2 <i>Stratégie d'évitement ou de fuite des circonstances qui augmentent la conscience de soi</i> | 220 |
| 4.2.3 <i>Stratégie de correction du standard</i> | 223 |
| 4.2.4 <i>Prévalence d'une stratégie sur les autres</i> | 224 |
| 4.3 Réduction de la conscience de soi | 226 |
| 4.4 Le phénomène d'épuisement de soi (<i>ego depletion</i>) | 230 |
| Chapitre 5. Les multiples soi | 239 |
| 5.1 Les soi possibles | 239 |
| 5.2 La théorie de la discrédance de soi | 240 |
| 5.3 Le modèle des tâches de vie | 243 |

| | |
|--|-----|
| Chapitre 6. Les motivations à l'évaluation | 249 |
| 6.1 Le rehaussement de soi | 249 |
| 6.1.1 <i>Le rehaussement de soi en tant que valorisation du soi</i> ... | 249 |
| 6.1.2 <i>Rehaussement de soi et moments de la vie</i> | 253 |
| 6.1.3 <i>La distinction entre rehaussement de soi et protection de soi</i> | 255 |
| 6.1.4 <i>La menace comme source de la protection du soi</i> | 261 |
| 6.2 L'estimation du soi | 263 |
| 6.3 L'amélioration de soi | 269 |
| 6.4 La vérification du soi | 273 |
| 6.5 Le SCENT model | 278 |
| Résumé de la deuxième partie | 283 |
| Conclusion | 285 |
| Références bibliographiques | 289 |