






Auteur : Alain Emery		Version 2.0 04.04.15
 Comment ça marche	Licence  - http://creativecommons.org  Creative Commons 	

Définition

"Tendances préprogrammées essentielles dans la survie d'une espèce."

R. Gerrig 2008 (1)

Les instincts situés physiquement dans le cerveau reptilien sont fondamentalement orientés dans 2 directions : la conservation et la reproduction de l'espèce.

Exemples

Voici quelques exemples d'instincts :

- Réflexe de succion du sein chez le nourrisson,
- Mouvements de marche automatique,
- Cligner les yeux devant une lumière vive,
- Trembler de froid pour se réchauffer,
- Réactions dans une situation d'urgence (contre attaque, fuite)
- Avoir un sentiment de faim, de soif,
- Avoir envie de dormir,
- Instinct maternel (les scientifiques sont divisés sur cette thématique),
- Actes violents *
- Sourire spontané **

En revanche, vouloir posséder une voiture est un désir.

Mais encore

Donner une définition des drives

Clark Hull développe la notion de *Drives* qui décrit bien le fonctionnement de certains instincts.

"Les drives sont générés quand la privation crée un déséquilibre ou tension. Ils poussent l'organisme vers une réduction des tensions. Quand ils sont satisfaits ou réduits (quand l'homéostasie est rétablie) l'organisme cesse d'agir."

Exemple : sensations de faim, de soif, sommeil...

R. Gerrig 2008 (1)

Lorsqu'une personne vit une situation où elle se sent menacée, les instincts lui permettent d'avoir 3 réactions différentes :

- le combat,
- la fuite,
- le figement.

Dans notre société, certains milieux professionnels peuvent encourager les individus à opter pour le figement (relation clientèle par exemple).

Cette option va favoriser une accumulation d'énergie, qui va si elle n'est pas évacuée, entraîner un certain nombre d'effets négatifs :

- sentiments qui peuvent se transformer en émotions,
- le corps peut stigmatiser (verrues, poussée de boutons, ulcères...)
- impact sur l'image de soi...

Culture et instincts

"La capacité d'acquérir une culture humaine n'est pas la conséquence, de la perte de mécanismes «instinctifs» par l'homme, mais bien par un ajout de mécanismes innés spécifiquement humains. C'est donc le fait d'avoir un grand nombre de mécanismes comportementaux innés qui rend l'être humain capable d'avoir une grande capacité d'apprentissage."

Wikipedia

Chez les adultes, il est plus difficile de faire la part des réactions instinctives dans la mesure où l'Homme étant devenu un être culturel une grande partie de celles-ci sont masquées ou étouffées par l'apprentissage. Une boucle de comportements culturels beaucoup plus dense se développe au dessus des comportements instinctifs, donnant à l'Homme en tant qu'individu une capacité opérationnelle et une liberté qu'aucun autre être vivant n'a eu avant lui.

Remarques :

* La violence a une part culturelle et extérieure à l'individu indéniable, mais à la base celle-ci est dans l'être. On le voit dans les berceaux quand 2 enfants se donnent des coups de pied ou se mordent !

**Nous remarquerons que le sourire simulé n'équivaut jamais au sourire spontané dû à notre incapacité à contracter correctement l'orbicularis oculi, un muscle situé autour des yeux (le sourire de Duchenne).

Références

(1) *Psychologie – Richard Gerrig, Philip Zimbardo – Pearson Education 18^e Edition*