

FR. L'idée d'inconscient.

Le concept d'inconscient est une belle idée.

Il y a sans doute beaucoup de choses que nous ignorons.

Un traumatisme, dont on a éventuellement à moitié conscience, peut causer une maladie physique ou psychologique.

Activer le souvenir ou prendre conscience de ce traumatisme ou de ce problème latent (quand on peut dire ce qui est), et en parler, peut apporter un apaisement. La catharsis dont parle *Freud*.

Mais au-delà des traumatismes, il s'agit, dans la vie de tous les jours, d'apprendre des choses utiles, de saisir des problèmes latents (peut-être un complexe autonome). Il s'agit de prendre conscience de ses propres égarements, de faire le constat de dangers, de guérir de son ignorance, de se sauver de son inconscience.

Ces connaissances nouvelles (cette catharsis,) permettent alors de résoudre des problèmes, de grandir, de s'améliorer et de progresser.

Littérature : Kapsambelis Vassilis (sous la direction de), Manuel de psychiatrie clinique et psychopathologie de l'adulte, P.U.F., Paris.



“Idea”, Adobe express.

NL. Het idee van het onbewuste.

Het concept van het onbewuste is een mooi idee.

Er is waarschijnlijk veel dat we niet weten.

Een trauma, waarvan men zich nooit volledig bewust is geweest, kan lichamelijke of psychische aandoeningen veroorzaken.

De herinnering van een trauma activeren of bewust worden van een latent probleem, en erover praten kan rust brengen. De catharsis waar *Freud* het over heeft.

Maar naast trauma's gaat het in het dagelijks leven er om nuttige dingen te leren, om latente problemen te begrijpen (misschien een autonoom complex). Het is een kwestie van je bewust worden van je eigen dwalingen, van het opmerken van gevaren, van het helen van je onwetendheid, je redden van jouw onbewustheid.

Deze nieuwe kennis (deze catharsis,) maakt het vervolgens mogelijk om problemen op te lossen, te groeien, zich te verbeteren en vooruit te gaan.

Litteratuur : Kapsambelis Vassilis (sous la direction de), Manuel de psychiatrie clinique et psychopathologie de l'adulte, P.U.F., Paris.