Les différents modèles de la construction de la personnalité

UE 2021 EC2

Professeur Cyril Tarquinio
www.cyriltarquinio.com
Directeur-adjoint UMR 1319 INSPIIRE - Université de Lorraine, Inserm
Directeur Centre Pierre Janet - https://centrepierrejanet.univ-lorraine.fr/
Editor-in-Chief of the European Journal of Trauma and Dissociation (Elsevier) -
Associate-Editor aux Annales Médico-Psychologiques
Responsable de la Licence 1 de psychologie de l'Université de Lorraine (site de Metz)

1. Objectif

Objectif(s)

- Comprendre les concepts clés des théories de la personnalité mises de l'avant par les représentants des différentes écoles de pensée en psychologie.
- Identifier les particularités de chacune de ces approches et de discerner leurs ressemblances et leurs différences.
- Porter un jugement critique sur chacune des théories pour en dégager les forces et les faiblesses.
- Évaluer leur pouvoir de décrire, d'expliquer et de prédire le comportement des individus.
- Connaitre certains outils d'évaluation susceptible de les aider dans leur démarche clinique
- Inscrire des apports de ces différentes approches dans une compréhension de la problématique sexologique qu'ils auront à traiter dans le cadre de leur pratique.

2. Définition de la personnalité

Définitions

Historiquement, ce sont les travaux de Gordon Allport qui ont contribué à la diffusion et à l'usage du terme « personnalité » en psychologie. En dépit du fait qu'il considérera la difficulté de définir un objet aussi vaste et complexe que celui de personnalité, il en proposera la définition suivante: «la personnalité est l'organisation dynamique, au sein de l'individu, de systèmes psychophysiques qui déterminent ses adaptations uniques à l'environnement » (Allport, 1937) pour la compléter ensuite par « et qui déterminent ses comportements et pensées caractéristiques» (Allport, 1961).

Définitions

Les définitions de la personnalité ne manquent pas et Allport en avait répertorié plus de 50 en 1937. Plus récemment, Larsen & Buss en proposent la définition suivante: «la personnalité est un ensemble de traits et de mécanismes, internes à l'individu (intrinsèque), qui sont organisés et relativement persistants, et qui influencent l'interaction et l'adaptation à l'environnement intrapsychique, physique et social» (Larsen & Buss, 2009; Larsen, Buss, Wismeijer, Song, & van den Berg, 2017).

Revenons sur chaque élément important de cette définition.

Définitions

-1. Un ensemble de traits psychologiques, c'est-à-dire des caractéristiques qui décrivent les différences individuelles mais aussi les similitudes entre individus. Ces traits font l'objet de la plupart des études dans le domaine de la personnalité. Exemple: égoïsme, extraversion, sensibilité à la recherche de sensation, anxiété-trait…

Définitions

-2. Un ensemble de mécanismes ou plutôt de processus qui implique le traitement de l'information: une personne extravertie va être sensible à certaines informations de nature sociale ou interpersonnelle alors qu'une personne présentant un trait de type neuroticisme va, par exemple, être sensible aux informations négatives. Ces mécanismes impliquent également toute une série de critères qui amènent à prendre une décision quant à l'information et ainsi potentiellement guider le comportement. Attention car ces mécanismes ne sont pas activés tout le temps! Vous n'êtes pas toujours courageux ou jaloux, 24/24 h.

Définitions

-3. Internes à l'individu: chaque personne porte en elle sa personnalité, tout le temps et quelles que soient les situations! Ceci sous-tend une des grandes questions de la psychologie de la personnalité et des différences individuelles: celle de la constance des différences individuelles (ou traits) au travers des situations.

Définitions

-4. Qui sont organisés et relativement persistants: les traits et les mécanismes sont organisés en un tout cohérent, et s'expriment tout au long de la vie de par leur stabilité et ce quelles que soient les interactions. Ceci est aussi une question en débat où pour certains, la constance des traits est relativement faible (position de Srivastava par exemple) alors que, pour d'autres, elle est très importante (approche Big Five de Costa & McCrae).

Ici s'opposent par exemple la théorie en 5 facteurs et les modèles sociocognitifs qui insistent sur l'importance de l'environnement et des situations, arguant que les traits de personnalité ne s'expriment pas de manière constante dans toutes les situations.

Définitions

-5. Qui influencent les interactions «personne-environnement»: notre personnalité influence nos manières de réagir, la façon dont nous nous percevons, dont nous pensons notre monde environnant, la manière dont nous interagissons avec les autres, comment nous nous sentons, comment nous sélectionnons notre environnement, nos objectifs de vie… Ces influences s'expriment au travers:

Notre perception, c'est-à-dire la manière dont nous voyons ou interprétons les choses.

Exemple: le test projectif du Rorschach (1921).



Définitions

La sélection des situations dans lesquelles nous choisissons d'entrer.

De ce que nous produisons comme réactions chez les autres, non intentionnellement.

De la manière dont nous allons volontairement agir sur les pensées, les sentiments et les comportements d'autrui.

Définitions

-6. Et l'adaptation, ce qui inclut l'atteinte de ses objectifs personnels, les stratégies d'ajustement et la capacité à faire face aux situations ou problèmes qui surviennent dans la vie de tous les jours. Certains aspects de la personnalité peuvent exposer à des difficultés adaptatives.

-7. À l'environnement, à la fois physique qui peut représenter une menace directe, mais aussi social (travail, relations intimes, appartenance…) et intrapsychique (mémoires, rêves, désirs…).

3. Qu’est ce qu’une théorie de la personnalité

Étudier la personnalité revient à établir des modèles de fonctionnement, identifier des similitudes et des différences individuelles qui permettent de prédire et d'expliquer certains de nos comportements, comment un individu pense, ressent et agit…

Ainsi, un modèle de la personnalité devrait nous guider pour définir les caractéristiques des personnes, comprendre les raisons pour lesquelles elles agissent d'une certaine manière et comment elles sont devenues ce qu'elles sont.

1. En quoi le comportement est-il fonction de la personnalité?

2. En quoi le comportement est-il fonction d'une situation?

3. En quoi le comportement est-il fonction de l'interaction entre une situation et la personnalité?

4. Comment la personnalité se développe-t-elle dans le temps?

5. Quelles interventions sont nécessaires pour modifier la personnalité, si tant est que cela soit possible?

Un modèle théorique devrait ainsi pouvoir rendre compte, autant que faire se peut, d'un grand nombre de phénomènes et permettre de répondre aux questions suivantes (Mehrabian, 1991):

4. La notion de trait de personnalité : les théories en vigueur

Le terme «trait de personnalité» (ou disposition de personnalité) est utilisé pour caractériser des tendances stables, des patterns de comportements récurrents. Les recherches portant sur les traits ont surtout tenté de définir le nombre de ceux-ci, leur nature ou leur organisation.

La description de traits de personnalité remonte à l'Antiquité. Nous pouvons en trouver les prémisses chez Aristote (Éthique, 400 ans av. J.-C.) qui décrivait des dispositions liées à la vertu (comportements moraux et immoraux), telles que la modestie, la lâcheté ou la vanité.

Une «théorie des traits» remontent à Hippocrate (460- 370 av. J.-C.) qui élabore une théorie des 4 humeurs pour expliquer les maladies physiques.

Ces humeurs correspondent elles-mêmes aux quatre éléments: le feu, l'air, la terre et l'eau.

Ces quatre éléments se voient à leur tour attribuer une qualité propre: chaud, sec, froid et humide.

Ces 4 humeurs définisse un style émotionnel caractéristique ou «tempérament»: le sanguin (tempérament actif, sang), le mélancolique (tempérament triste, bile noire), le colérique (type violent, excès de bile jaune), et le flegmatique (calme: lymphe). Ces termes sont encore utilisés de nos jours dans le langage courant.

Selon lui, la santé dépendait de l'équilibre harmonieux entre quatre « humeurs » ou « fluides corporels »: le sang, le phlegme, la bile jaune et la bile noire.

C'est dans les années 1920 et au début des années 1930 que l'étude des traits deviendra réellement scientifique.

Les principaux modèles

Gordon Allport (1897-1967

En effet, pour Allport, la personnalité est le reflet de notre hérédité qui déterminera notre intelligence, nos caractéristiques physiques et notre tempérament; tout ceci étant façonné, modelé ou limité par notre environnement social.
De fait, il est improbable que deux individus puissent être identiques en terme de personnalité tant les combinaisons génétiques sont innombrables et les environnements sociaux dans lesquels les individus évoluent, différents.

Les traits qui définissent ce qu'il y a d'unique et constant dans la personnalité d'un individu seront considérés comme des traits individuels.
En revanche, les traits communs désigneraient des caractéristiques communes à certains individus, parce qu'ils vivent dans une même culture et partagent les mêmes codes sociaux par exemple..

Il distinguera les traits cardinaux qui sont rares mais souvent dominants et peu adaptatifs; les traits centraux qui expliquent la plupart des différences entre individus (estimés entre 5 et 10 pour un individu) et qui sont ceux que nous utilisons principalement pour décrire la personnalité d'une personne; et les traits secondaires, moins consistants et ayant moins d'influence sur les comportements (attitudes qui apparaissent dans des situations spécifiques).

Les principaux modèles

Gordon Allport (1897-1967

Du point de vue développemental, Allport s'oppose à une vision de la personnalité enracinée dans les motivations du passé, c'est- à-dire que ce qui conditionne le comportement de l'adulte n'est pas à rechercher dans les motivations infantiles. En effet, les traits infantiles se développeraient plutôt en réponse à la satisfaction des besoins et aux identifications parentales (entre autres).

Les principaux modèles

Raymond B. Cattel (1905-1998)

L'approche de Raymond Cattell est très différente de celle privilégiée par Gordon Allport dans la mesure où il a développé une approche essentiellement basée sur les statistiques.

L'objectif de Cattell était d'identifier les traits les plus importants parmi les milliers qui servent à décrire l'individu. Cattell a considéré que la personnalité devait être décrite en termes d'unités de base – les traits – qu'il considère comme étant des tendances à réagir relativement permanentes (consistante). Selon lui, la personnalité est ce qui permet de faire une prédiction sur ce que fera un individu dans une situation donnée (Cattell, 1950).

Cattell proposera de différencier les traits de personnalité selon leur importance dans la détermination des comportements (Cattell, 1943a). Il distinguera les traits communs que l'on retrouve chez tous les individus à des degrés divers (intelligence, extraversion…). Chacun d'entre nous diffère en regard de l'importance ou de l'intensité des traits communs mais aussi en fonction de ce qu'il appellera les traits uniques qui sont propres à chacun d'entre nous.

Les principaux modèles

Raymond B. Cattel (1905-1998)

La taxonomie de Cattell est celle qui comprend le plus grand nombre de traits de personnalité: 16. Il débutera ses travaux sur la base de la liste d'adjectifs élaborée par Allport & Odbert (1936, approche lexicale) pour la réduire drastiquement à 4500 termes. Il développera le questionnaire 16PF (Sixteen Personality Factor) qui aura pour but d'identifier les traits sources et non pas les traits de surface, ces derniers étant jugés peu importants par Cattell puisque ces traits de surface résultent de l'organisation ou de l'interaction entre les traits sources (Cattell, 1943b).

Les principaux modèles

Raymond B. Cattel (1905-1998)

Néanmoins, tout comme les aptitudes mentales primaire dans les théories de l'intelligence, Cattell se rend compte que les 16 facteurs ne sont pas strictement indépendants. Il réalise donc une nouvelle analyse factorielle sur les données issues du test, et en dégage 4 facteurs généraux, de second ordre : introversion / extraversion ; adaptation / anxiété ; émotivité ; soumission. Dans cette conception, A+, H+, Qz-, F+ désignent les pôles extravagants. A-, F-,... renvoient à l'introversion, chacun des facteurs de second ordre étant bipolaire. A ces 4 traits principaux s'ajoutera plus tard un 5ème.

Le pôle extraversion/introversion donne lieu à de nombreux travaux scientifiques, tout comme l'anxiété (le facteur d'anxiété).

La théorie de Cattell a eu un énorme impact dans le recherche, et a suscité de nombreuses critiques. Aux USA, dans les années 80, certains chercheurs ont essayé, avec des techniques plus récentes, de répliquer ses résultats : les études ne convergent pas,certaines retrouvant les 16 facteurs, d'autres pas

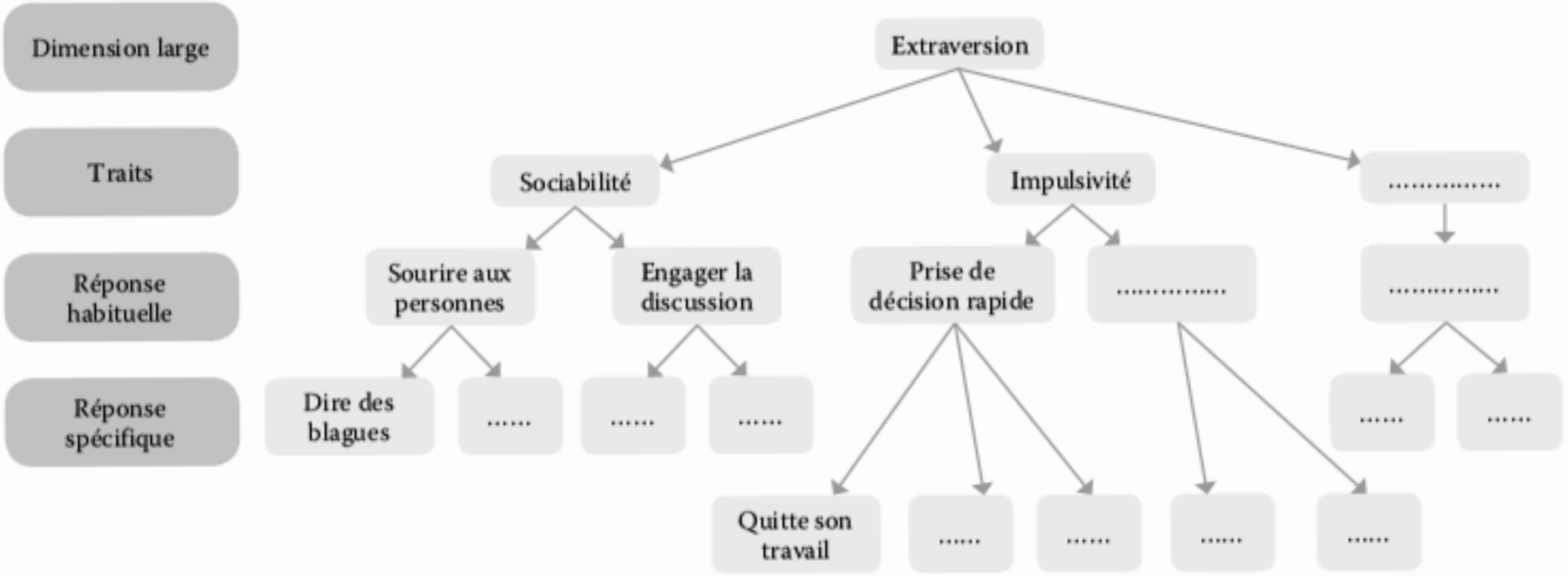
Les principaux modèles

Hans Eysenck (1916-1997)

Le modèle qu'il propose est également hiérarchique dans le sens où chaque trait secondaire recouvre des traits primaires plus spécifiques ou des définitions plus restrictives.

Son modèle est basé sur trois dimensions secondaires qui s'inscrivent le long d'un continuum décrivant deux pôles: l'extraversion versus l'introversion, le neuroticisme versus la stabilité émotionnelle, et le psychoticisme versus la force du moi.

Figure 4 – Modèle d'Eysenck



Les principaux modèles

Hans Eysenck (1916-1997)

Ces dimensions sont évaluées via un questionnaire (Eysenck Personality Questionnaire: EPQ)

Extraversion-introversion (E): les extravertis ont généralement des relations interpersonnelles nombreuses, sont sociables, manifestent un haut degré d'activité, sont généralement assertifs, recherchent l'excitation et peuvent parfois ne pas être fiables ou perdre leur calme… Les introvertis, en revanche, seraient plus enclins à privilégier la solitude, le calme, préférant un rythme moins soutenu, une vie plus prévisible et gardent le contrôle de leurs émotions.

Neuroticisme-stabilité émotionnelle (N): cette dimension de la personnalité englobe des traits tels que le fait d'être anxieux, irritable, se sentir facilement coupable, manquer d'estime de soi, le fait d'être souvent tendu, timide… Les personnes qui ont des niveaux élevés de neuroticisme et donc une instabilité émotionnelle, sont généralement des personnes «préoccupées», pouvant observer des symptômes psychosomatiques divers et variés.

Psychoticisme-Force du Moi (P): cette dimension associe agressivité, manque d'empathie et impulsivité (ces deux derniers traits vont souvent de pair), cruauté et goûts inhabituels… Ce trait de personnalité a souvent été critiqué compte tenude son chevauchement avec la personnalité schizoïde et antisociale.

Les principaux modèles

Le modèle en Cinq facteurs: les big five

À l'origine de cette modélisation en cinq facteurs, généralement désigné sous le terme Big Five, se trouve Fiske (1949), Tupes & Christal (1961) mais aussi Norman & Goldberg (1966). Nous nous focaliserons sur le modèle de Costa & McCrae qui ont mené un nombre impressionnant d'études sur ces cinq dimensions mais aussi compte tenu de l'importance d'autres travaux liant celles-ci à d'autres sphères de la personnalité, du comportement, de la santé ou encore de la psychophysiologie.

C'est la raison pour laquelle nous retrouvons les dimensions d'extraversion et de neuroticisme décrites précédemment, auxquelles s'ajoutent l'ouverture à l'expérience, le caractère consciencieux, et l'agréabilité, ces trois nouveaux facteurs

Les principaux modèles

Le modèle en Cinq facteurs: les big five

• agréabilité: capacité à s'entendre avec autrui, inspire confiance, franchise, altruisme, fait preuve de compassion et d'idéalisme…;

• caractère consciencieux: ordre, responsabilité, dévotion, autodiscipline…;

• ouverture à l'expérience: capacité à ajuster ses valeurs, ses activités en fonction de nouvelles situations ou de nouvelles idées. Souplesse, flexibilité, originalité. Il s'agit d'un facteur qui regroupe à la fois des caractéristiques liées à l'intelligence et à la créativité…

Extraversion-introversion (E): les extravertis ont généralement des relations interpersonnelles nombreuses, sont sociables, manifestent un haut degré d'activité, sont généralement assertifs, recherchent l'excitation et peuvent parfois ne pas être fiables ou perdre leur calme… Les introvertis, en revanche, seraient plus enclins à privilégier la solitude, le calme, préférant un rythme moins soutenu, une vie plus prévisible et gardent le contrôle de leurs émotions.

Neuroticisme-stabilité émotionnelle (N): cette dimension de la personnalité englobe des traits tels que le fait d'être anxieux, irritable, se sentir facilement coupable, manquer d'estime de soi, le fait d'être souvent tendu, timide… Les personnes qui ont des niveaux élevés de neuroticisme et donc une instabilité émotionnelle, sont généralement des personnes «préoccupées», pouvant observer des symptômes psychosomatiques divers et variés.

Costa & McCrae sont à l'origine du développement d'un outil de mesure qui évalue ces «super-traits», le NEO-PI (NEO-Personality Inventory), révisé à deux reprises pour en améliorer la validité et étendre son usage à des populations plus larges, notamment en termes d'âge. La première révision, le NEO-PI-R (NEO-PI Revised), a récemment été revue aboutissant au NEO-PI-3 (McCrae, Costa, & Martin, 2005).



5. La théorie des types psychologiques de Jung

Typologie Jungienne

La typologie jungienne est une théorie des types psychologiques proposée en 1920 par le psychiatre suisse Carl Gustav Jung pour caractériser le mode de fonctionnement psychologique d'un sujet

Elle aboutit à distinguer seize types psychologiques, suivant la fonction cognitive dominante (quatre possibilités), son orientation introvertie ou extravertie, et l'orientation de la fonction cognitive auxiliaire sur l'axe complémentaire.

L'individu a deux façons de se charger en énergie : l'introversion et l'extraversion. Jung a observé que les individus ont tendance à trouver leur énergie et à être dynamisés :

- soit par le monde extérieur, en côtoyant les autres pour se ressourcer : extraversion E
- soit par son monde intérieur, en passant du temps seul pour se ressourcer : introversion I

Typologie Jungienne

Ces deux notions ne sont pas à entendre tout à fait au sens où ces termes sont entrés dans le langage courant. En effet, l'extraverti prend son énergie principalement du monde, tandis que l'introverti prend son énergie principalement de lui-même.

On a tendance à penser que l'introverti est timide, solitaire et peu sociable et que l'extraverti est très expansif et parfois superficiel, or ce sont des stéréotypes. D'ailleurs, la timidité et la sociabilité n'ont rien à voir avec l'introversion ou l'extraversion.

Chaque personne possède une inclinaison plus ou moins prononcée vers l'une ou l'autre de ces orientations.

Typologie Jungienne

Chaque personne possède une inclinaison plus ou moins prononcée vers l'une ou l'autre de ces orientations.

On a tendance à penser que l'introverti est timide, solitaire et peu sociable et que l'extraverti est très expansif et parfois superficiel, or ce sont des stéréotypes. D'ailleurs, la timidité et la sociabilité n'ont rien à voir avec l'introversion ou l'extraversion.

E-Extraversion

- Je suis à l'aise avec les autres
- Je suis orienté vers le monde
- Je profite de mes loisirs pour bouger et être avec les autres
- J'ai besoin de contacts pour me ressource
- Je préfère être en groupe pour en discuter
- Je préfère m'exprimer par la parole en général

I-Introversion

- Je suis à l'aise avec moi-même
- Je suis orienté vers mon monde intérieur
- Je préfère être seul pour y réfléchir
- Je profite de mes loisirs pour me détendre et être seul
- J'ai besoin de solitude pour me ressourcer
- Je préfère m'exprimer par l'écriture en général

Fonctions psychologiques de Jung

La sensation - S	**faculté à nous placer dans et à percevoir le présent**
La pensée - T	**l'intellect**
Le sentiment - F	**l'évaluation affective**
L'intuition - N	**l'évaluation globale**

Ces quatre fonctions vont aussi par paire, mais d'une manière moins claire que pour les types. Jung distingue, au sein de l'activité de l'esprit humain, deux grands types d'activité :
Recueillir de l'information ou Perception P, de deux manières opposées : l'intuition N et la sensation S ;
Traiter cette information pour aboutir à des conclusions ou jugement J, de deux manières opposées : la pensée T (pour thinking) et le sentiment F (pour feeling).

Fonctions psychologiques de Jung

Chaque être humain a des facultés plus ou moins développées dans les quatre fonctions psychologiques, qui sont nécessaires à son fonctionnement quotidien. Néanmoins, certaines dominent dans des domaines s'accompagnent d'une moindre utilisation d'une autre fonction, exhibant ainsi les couples fonctionnels : pensée/sentiment et sensation/intuition. Si une personne a une tendance naturelle à approcher les choses au travers de son intellect, le côté sentimental passera souvent mécaniquement au second plan, et vice-versa. De la même façon, les personnes « intuitives » ont souvent tendance à aborder les problèmes de la vie en tentant de trouver une solution à long terme alors qu'ils auront du mal à percevoir le problème immédiat. À l'inverse, les « perceptifs » (ceux dont l'appréhension du monde est plutôt basée sur la sensation) auront eux plus de mal à envisager des solutions qui ne répondent pas à un problème se posant dans le présent

En appliquant les deux orientations de l'énergie (E-I) aux quatre processus mentaux (N,S,T,F), Jung a identifié et décrit 8 fonctions cognitives : 4 extraverties et 4 introverties. Elles peuvent se combiner différemment suivant les personnes, comme nous le verrons plus loin - mais il est à noter que nous avons tous une préférence pour l'une d'entre elles, qui nous structure donc : c'est notre fonction dominante

- La Sensation Extravertie (Se) : Aime voir, entendre, goûter, toucher et sentir le monde autour d'elle. Elle agit sur des données concrètes, ici et maintenant. Elle se fie au présent et laisse aller les choses, sent le contexte immédiat ; détecte les changements et les opportunistés pour l'action ; est amenée à agir sur le monde physique ; accumule des expériences ; recherche rapidement les réactions visibles et les données pertinentes ; reconnaît « ce qui est »

- La Sensation Introvertie (Si) : Elle est captivée par les vibrations que le monde extérieur déclenche en elle. Elle compare les faits à ses expériences antérieures. Elle se fie au passé. Elle conserve des données sensorielles pour une utilisation ultérieure ; reconsidère les expériences passées ; recherche des renseignements détaillés et étudie leurs liens avec ce qui est connu ; se souvient des impressions conservées, accumule des données ; « ce qui est" évoque « ce qui était »

En appliquant les deux orientations de l'énergie (E-I) aux quatre processus mentaux (N,S,T,F), Jung a identifié et décrit 8 fonctions cognitives : 4 extraverties et 4 introverties. Elles peuvent se combiner différemment suivant les personnes, comme nous le verrons plus loin - mais il est à noter que nous avons tous une préférence pour l'une d'entre elles, qui nous structure donc : c'est notre fonction dominante

- L'Intuition Extravertie (Ne) : découvre constamment de nouvelles possibilités dans le monde externe. Se fie aux flashs de sa conscience, qui peuvent être partagés avec les autres. Elle interprète les situations et les relations ; relève les significations et les interconnexions, remarque les non-dits et donne un sens à ce qui émerge à travers des contextes variés, traduit « ce qui est » par « ce qui pourrait être ».

- L'intuition Introvertie (Ni) : découvre constamment de nouvelles possibilités dans son monde intérieur. Elle se fie aux flashs de son inconscient, qui sont difficiles à expliquer aux autres. Elle prévoit les implications et probablement les effets sans données externes, conçoit de nouvelles façons de voir les choses, entrevoit les transformations, obtient une image de sens profond ou de symboles extensifs ; réalise « ce qui sera »

En appliquant les deux orientations de l'énergie (E-I) aux quatre processus mentaux (N,S,T,F), Jung a identifié et décrit 8 fonctions cognitives : 4 extraverties et 4 introverties. Elles peuvent se combiner différemment suivant les personnes, comme nous le verrons plus loin - mais il est à noter que nous avons tous une préférence pour l'une d'entre elles, qui nous structure donc : c'est notre fonction dominante

- Le sentiment Extraverti (Fe) : Cherche l'harmonie avec et entre les personnes du monde extérieur. Les valeurs relationnelles et culturelles sont importantes. Il communique ; tient compte des autres ; organise les groupes pour satisfaire leurs besoins et respecter leurs valeurs et sentiments. Maintient l'organisation ou les valeurs de ce groupe ; essaye de satisfaire les autres ; définit si quelque chose est appropriée ou acceptable pour les autres ;

- Le sentiment Introverti (Fi) : Cherche l'harmonie de ses actions et pensées avec ses valeurs personnelles. Peut avoir du mal à expliquer ses valeurs. Elle évalue ; considère l'importance et la valeur ; évalue quelque chose à partir des vérités sur lesquelles il est fondé ; clarifier les valeurs pour obtenir l'adhésion ; décide si quelque chose a du sens et s'il mérite d'être défendu

En appliquant les deux orientations de l'énergie (E-I) aux quatre processus mentaux (N,S,T,F), Jung a identifié et décrit 8 fonctions cognitives : 4 extraverties et 4 introverties. Elles peuvent se combiner différemment suivant les personnes, comme nous le verrons plus loin - mais il est à noter que nous avons tous une préférence pour l'une d'entre elles, qui nous structure donc : c'est notre fonction dominante

- La Pensée Extravertie (Te) : a toujours un plan à réaliser. Cherche la logique et la cohérence du monde extérieur. Elle se soucie des lois et des règles. Elle ordonne ; organise pour maximiser l'efficacité ; systématise ; applique la logique ; structure ; vérifie les conséquences ; contrôle que les normes ou les spécifications ont été suivies ; définit des limites, des directives et des paramètres ; décide si quelque chose marche ou non.

- La Pensée Introvertie (Ti) : crée des mondes intérieurs d'idées. Elle cherche la logique et la cohérence des idées. Elle se fie à son cadre intérieur, qui peut être difficile à expliquer aux autres. Elle analyse ; classe par catégories ; évalue selon les principes et vérifie si quelque chose correspond au cadre ou au modèle ; trouve les principes sur lesquels quelque chose repose ; contrôle les incohérences ; clarifie les définitions pour recevoir plus de précision.

6. Les outils de mesure de la personnalité

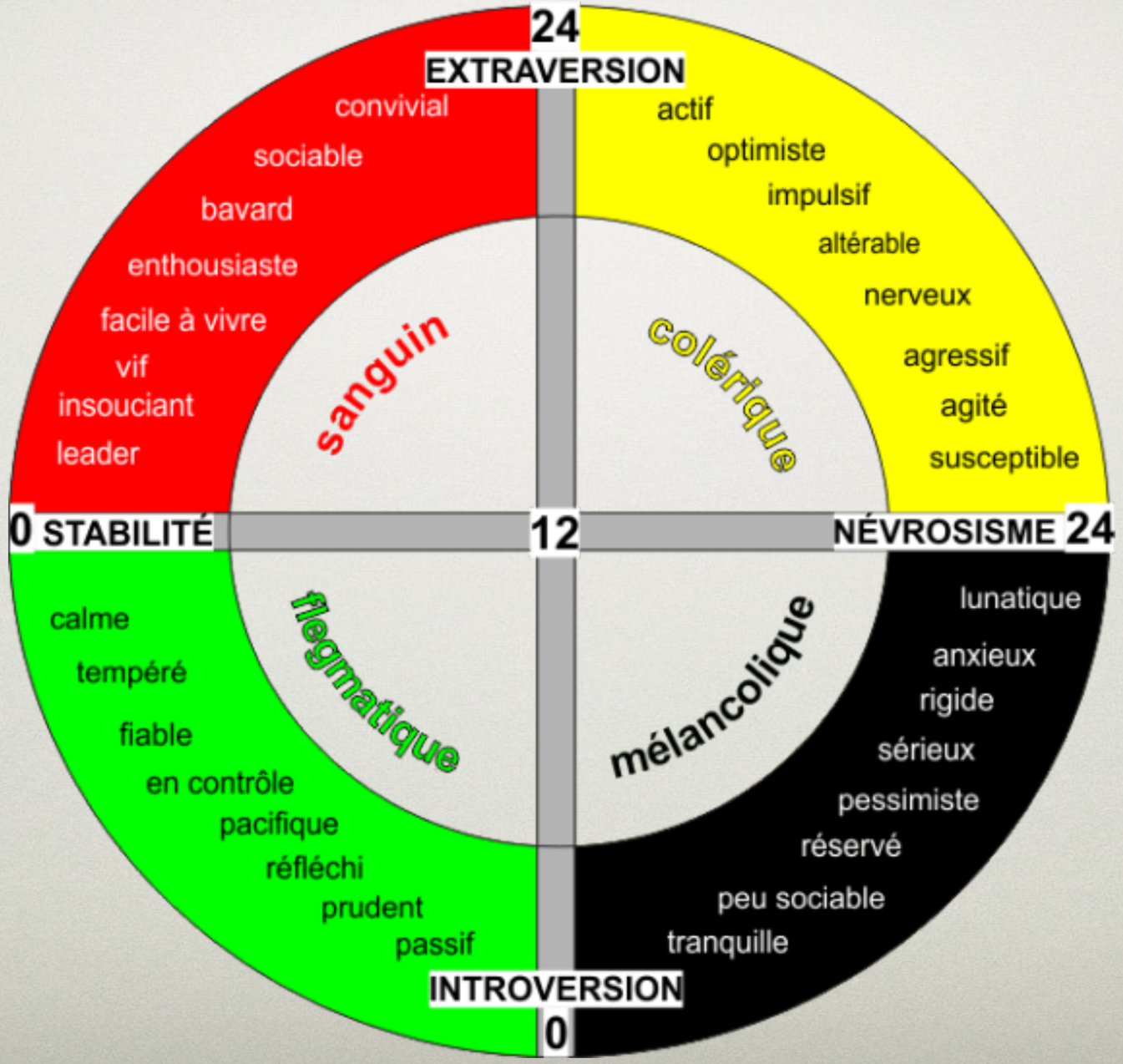
Le test de personnalité d'Eysenck (EPI)

Le test de personnalité d'Eysenck mesure deux grandes dimensions structurantes et indépendantes de la personnalité : extraversion-introversion et névrosisme-stabilité. Le névrosisme étant le mot savant pour décrire l'instabilité émotionnelle. Le test de personnalité d'Eysenck contient 57 items auxquels vous devrez répondre par oui ou par non

Lorsque vous remplissez le test de personnalité d'Eysenck (EPI), vous obtenez trois scores :

- Le «résultat de désirabilité sociale» qui est sur 9. En psychologie, la désirabilité sociale est le biais qui consiste à vouloir se présenter sous un jour favorable à ses interlocuteurs. Les personnes qui obtiennent 5 ou plus sur cette échelle essayent probablement de se présenter sous leur meilleur jour et ne sont pas totalement honnêtes dans leurs réponses (et donc avec elles-même)
- Le résultat de « E » est sur 24 et mesure votre degré d'extraversion
- Le résultat de « N » est sur 24 et mesure votre degré de névrosisme

Le test de personnalité d'Eysenck (EPI)



Le NEO-PI-R

Le NEO Pi-R est un questionnaire de personnalité basé sur le modèle des Big Five.
Il a été conçu par Costa et McCrae, et adapté en français par Jean-Pierre Rolland. Il constitue avec le MBTI un des questionnaires de personnalité les plus connus.

Le NEO PI-R (Costa et McCrae, 1992) est une opérationnalisation du modèle à 5 facteurs. Il comprend 240 items correspondant à 30 facettes et 5 domaines : Névrosisme, Extraversion, Ouverture, Agréabilité et Conscience .

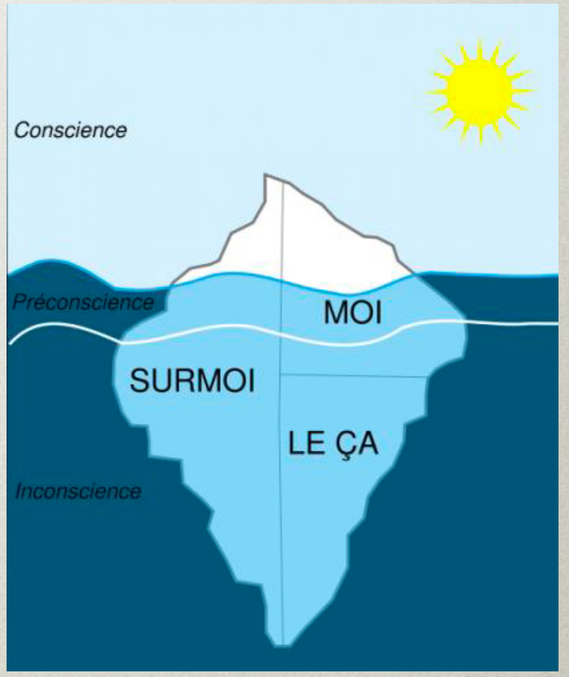
Points forts au plan psychométrique pour les échelles NEOAC : $\alpha > .86$, fidélité test-retest de .78.

7. La construction de la personnalité selon la psychanalyse.

1. Freud et les 3 instances de la personnalité selon la psychanalyse

Les deux topiques

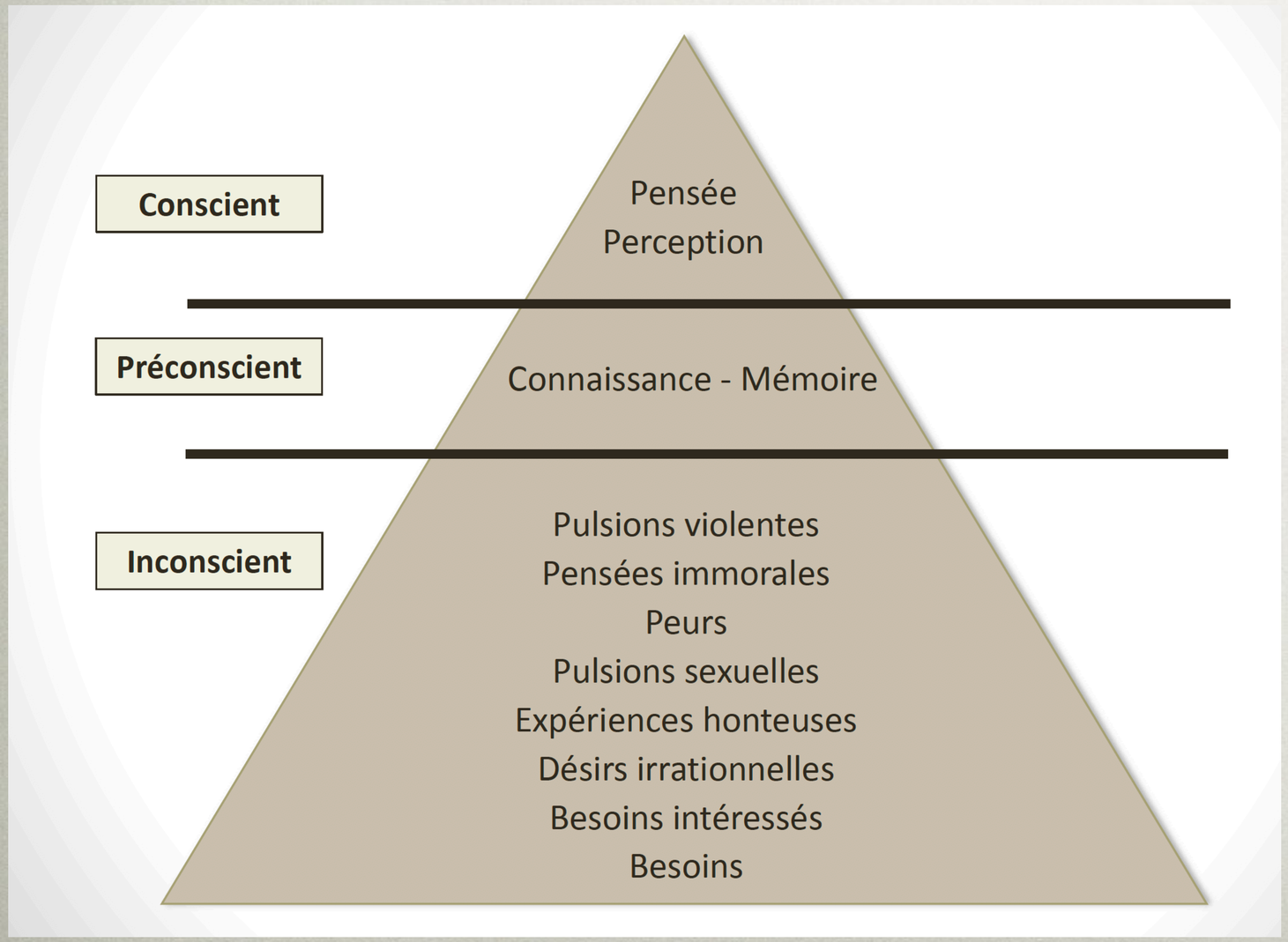
Freud créa les topiques comme un schéma explicatif du fonctionnement de l'esprit humain. Ces modèles emploient une désignation spatiale que l'on peut décrire comme rendant compte du conflit psychique.



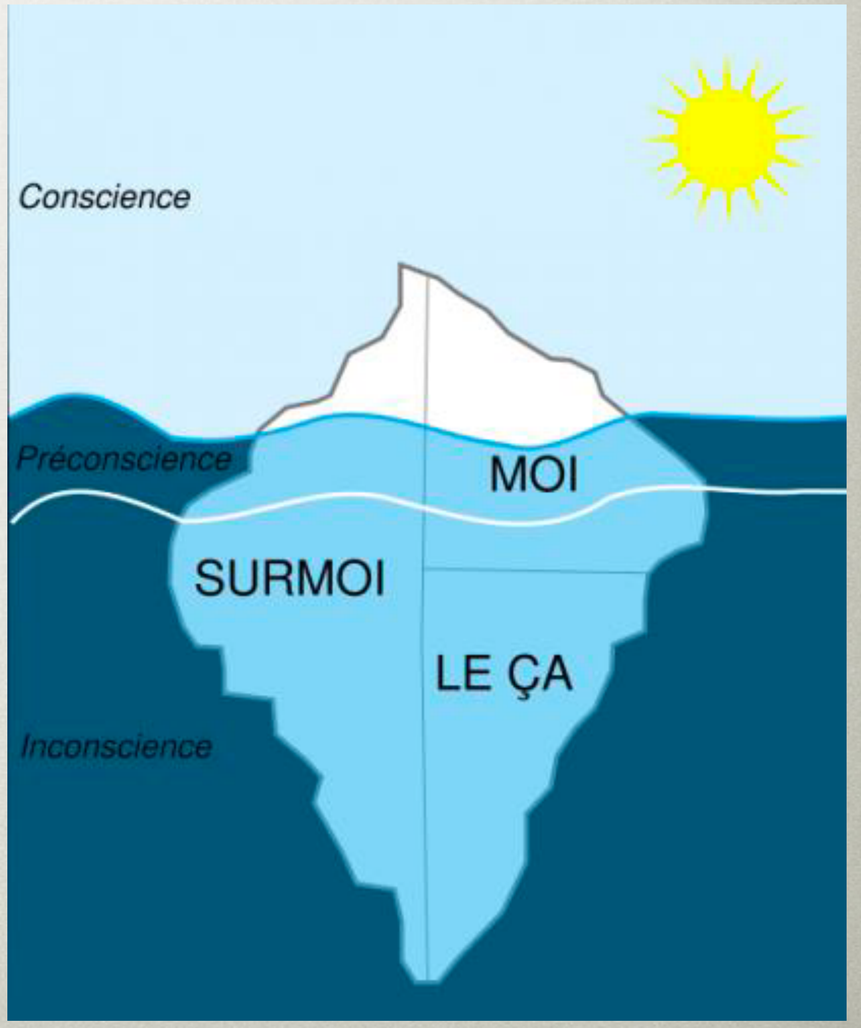
Première topique

Généralités sur la psychanalyse

Le conscient : fenêtre actuelle où l'attention est focalisée



Le préconscient: Réservoir de tous les contenu accessibles au conscient



L'inconscient : «Censure»

Ça

siège de nos pulsions

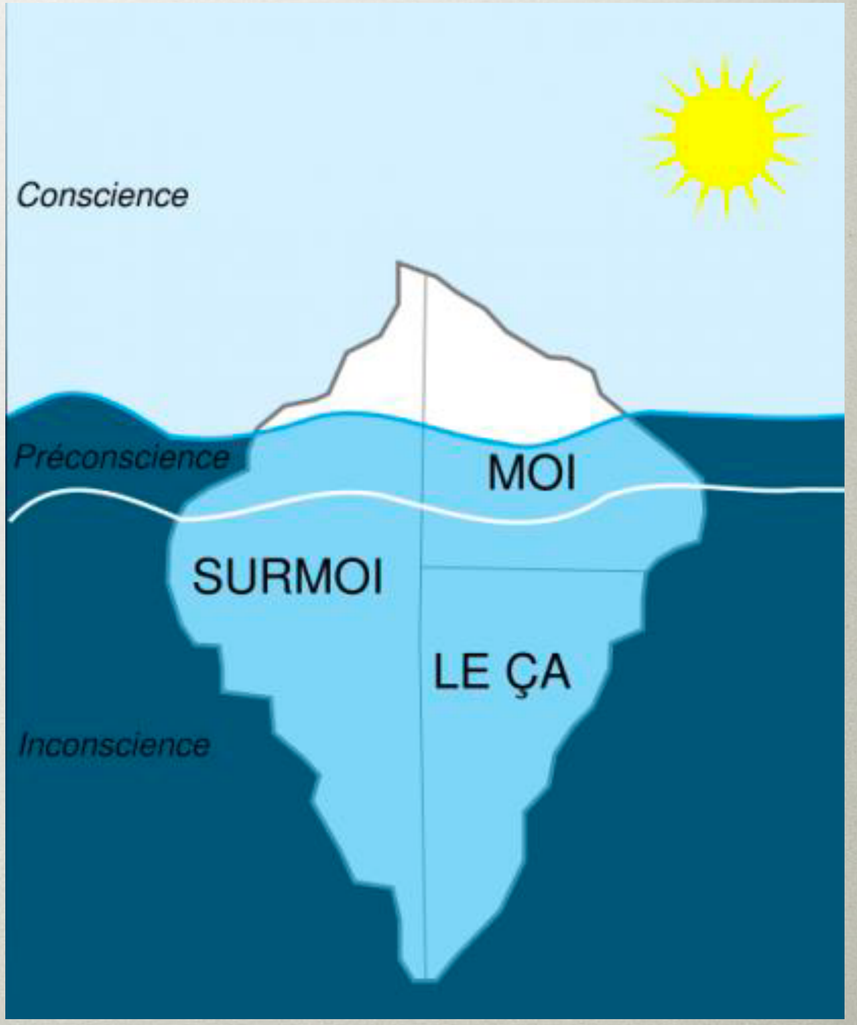
- sexuelles= libido, dominées par le principe de plaisir.
- d'autoconservation= fonctions biologiques essentielles (ex. se nourrir).

Moi

négocie avec le ça et cherche à faire plaisir au surmoi

Surmoi

juge le travail du moi



Parmi tous les phénomènes psychiques, certains se produisent plus visiblement que d'autres en dehors du contrôle et de la domination de la conscience. Tels sont en particulier les rêves, puisque le sommeil écarte la conscience.



« l'interprétation des rêves est la voie royale qui mène à la connaissance de l'inconscient » (Freud)

Le principal apport concret de la psychanalyse, c'est ainsi d'élargir le domaine de ce qui a un sens



Ces phénomènes longtemps considérés comme aberrants et absurdes que sont les actes manqués, les rêves et les névroses, appartiennent désormais au monde humain, au monde du sens.

Ils expriment des intentions, des désirs. (?)

Ce sont des actes psychiques aussi complets que les actes conscients (?)

L’idée de structure psychique

Freud est parmi les premiers à décrire la structure de l'appareil psychique dans son livre sur les rêves. Il utilise le mot dans d'autres ouvrages mais l'une des utilisations les plus connues est celle de la métaphore du cristal :

« Si nous jetons un cristal par terre, il se brise, mais pas n’importe comment, il se casse suivant ses directions de clivage en des morceaux dont la délimitation, bien qu’invisible, était cependant déterminée à l’avance par la structure du cristal. Des structures fêlées et fissurées de ce genre, c’est aussi ce que sont les malades mentaux. »

Citant la métaphore de Freud, J. Bergeret voit l'appareil psychique structuré selon les lignes de fragilités qui se brisent telles celles des lignes invisibles d'un cristal selon sa nature (structure) minéralogique et non en fonction de la nature du choc ; il y a une structure névrotique et une structure psychotique.

L'idée de structure psychique

Jean Bergeret part de la distinction entre « structure », « caractère » et « maladie » pour fonder son système psychopathologique.

Structure psychotique

Structure névrotique

Etats-limites

L'idée de structure psychique

La psychose et la névrose sont deux maladies bien distinctes

- Une personne atteinte de psychose n'a pas conscience de sa maladie, elle ne perçoit pas ses troubles, elle n'est pas dans la réalité et n'est pas en demande de soin.

- A contrario une personne atteinte de névrose a conscience de sa maladie et est donc en demande de soin et il n'y a pas d'altération avec la réalité.

L'idée de structure psychique

La névrose

… sont des pathologies de la personnalité caractérisées par des conflits intrapsychiques qui transforment la relation du sujet à son environnement social en développant des symptômes spécifiques en lien avec les manifestations de son angoisse. La névrose est en quelque sorte une solution adaptée par le sujet pour faire face aux difficultés qu'il rencontre dans sa relation au monde extérieur.

La névrose entraine une perturbation de la personnalité sans pour autant empêcher la personne de vivre normalement. Le sujet reste donc conscient de sa maladie et vit dans la réalité.

Exemples de névroses : les crises d'angoisse, l'hystérie, les phobies, les TOC (=névrose obsessionnelle), les dépressions, l'hypochondrie…

L'idée de structure psychique

La psychose

… se traduit par un désinvestissement de la réalité extérieure (mécanisme de déni) et un surinvestissement de soi-même. Cette perte de la réalité se manifeste par des délires, des hallucinations…. Autrement dit, une personne psychotique est en rupture avec la réalité, le monde qui l'entoure. Il peut y avoir des ruptures familiales, professionnelles, sociales. Elle vit « dans son monde ». Les troubles des psychoses sont presque toujours graves, parce qu'en général les invalidités consécutives sont majeures. Les hospitalisations sont nécessaires et souvent durables. Une prise médicamenteuse quotidienne semble inévitable pour stabiliser la personne. Elle altère gravement la personnalité.

Exemple de psychoses : la schizophrénie, le trouble bipolaire,

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Topographique

Dynamique

Economique

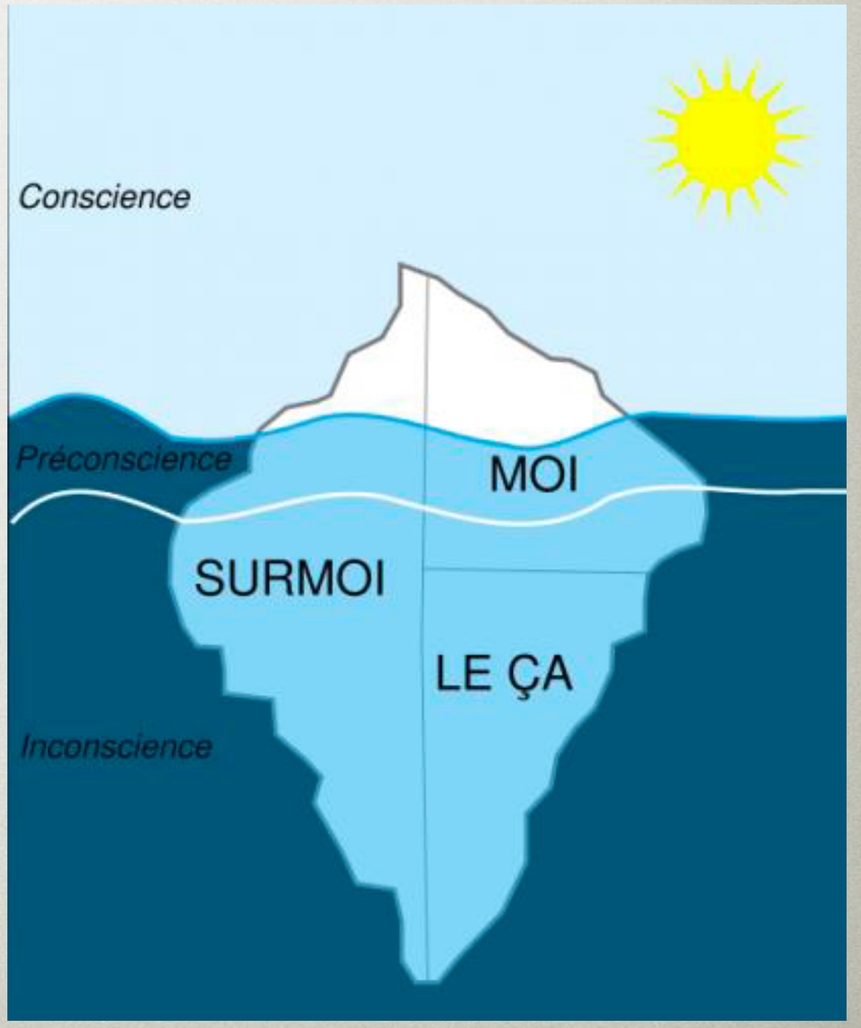
Génétique

Structurel

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Topographique

Freud a utilisé la métaphore des parties de l'iceberg pour faciliter la compréhension des trois régions de l'esprit. La pointe de l'iceberg, celle que l'on voit, équivaut à la région constante. Elle serait liée à tout ce que l'on peut percevoir dans un moment particulier : perceptions, souvenirs, pensées, fantasmes et sentiments



2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Topographique

Dynamique

Economique

Génétique

Structurel

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Dynamique

Il est lié à la dynamique psychique qui se produit dans l'esprit du sujet, entre les pulsions qui cherchent la gratification outre mesure et les mécanismes de défense qui veillent à les interdire.

La dynamique psychique régulatrice a pour objectif primordial de veiller à ce que chaque personne puisse s'en sortir et s'adapter au milieu social. Les mécanismes de défense qui dérivent de ce modèle sont : répression, formation réactive, déplacement, fixation, régression, projection, introjection et sublimation ; il s'agit du pilier important de la théorie de la personnalité de Sigmund Freud.

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Topographique

Dynamique

Economique

Génétique

Structurel

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Economique

Il est lié à au mode de fonctionnement de ce que Freud a appelé “pulsion”, laquelle peut être définie, grosso modo, comme l’énergie qui nous pousse à trouver un but précis. La pulsion, c’est le moteur et l’énergie qui nous meuvent. En ce sens, Freud considérait que tout comportement était motivé par les pulsions, divisées en pulsion de vie (Eros) et pulsion de mort (Thanatos).

La pulsion de vie est liée à la capacité d’auto-conservation de l’individu, pulsion pour créer, se protéger, se lier. En revanche, la pulsion de mort est liée aux tendances destructrices de l’être humain envers soi-même ou envers l’autre, les liant avec le principe de Nirvana qui est le rien, la non-existence, le vide.

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Topographique

Dynamique

Economique

Génétique

Structurel

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Génétique

Le stade oral est un stade de la sexualité infantile décrit par Sigmund Freud en 1905, puis finalisé en un ajout de 1915, dans Trois essais sur la théorie de la sexualité. C'est le premier stade de l'évolution libidinale, après le narcissisme primaire. La zone érogène privilégiée au stade oral est la sphère buccale et oesophagienne, étayée sur l'activité motrice de succion, par la tétée. Le plaisir oral déborde évidemment la simple satisfaction de la faim, le prototype de la conduite masturbatoire au stade oral étant le suçotement.

Karl Abraham a divisé le stade oral en deux sous-stades :
- Le stade oral précoce ou préambivalent, où le plaisir est lié à la succion.
- Le stade oral-cannibalique ou sadique oral, ou le plaisir est lié à la morsure.

Selon Freud cependant, si une division du stade anal est possible, il n'en va pas de même du stade oral.
Le but de la pulsion orale est l'incorporation, qui fournit le mode identificatoire propre à cette organisation libidinale : les fantasmes oraux tournent autour du fait de manger ou d'être mangé.
Les psychanalystes de l'école de la relation d'objet se sont particulièrement intéressés au stade oral, Mélanie Klein la première, en théorisant le sein comme bon ou mauvais objet oral (le clivage anaclitique), et les fantasmes associés à cette organisation libidinale.

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Génétique

Le stade anal est un concept de psychanalyse décrivant la deuxième phase de l'évolution affective d'un bébé humain. Il succède au stade oral et se caractérise par une focalisation de l'enfant sur la région rectale. Cette période se joue de 1 à 3 ans en moyenne. L'enfant découvre le plaisir que lui procure le fait de retenir les matières fécales (rétention) ou de les expulser (défécation). Rappelons que c'est aussi, à cet âge, la période d'opposition. Dans le stade anal, la perte des excréments est assimilée, par le jeune enfant, à la perte d'une partie de son corps; l'enfant peut en être angoissé. Le « fruit social » de ce stade anal est l'autonomie dans l'espace.

Vers deux ans, l'enfant commence à maîtriser ses sphincters, et l'anus devient une zone érogène sous l'influence de l'exigence de propreté exprimée par les parents. L'anus, zone de passage entre l'intérieur du corps et le monde extérieur, est soumis à la volonté de l'enfant qui s'aperçoit qu'il peut empêcher l'expulsion et en retire donc un plaisir de rétention découlant de l'application de sa volonté. Il prend progressivement conscience du soulagement lié au fait de laisser sortir : c'est la découverte du plaisir d'expulsion.

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Génétique

Le stade anal (…) Il est fréquent que l'enfant s'intéresse à ses selles et les manipule, les explore ou les exhibe (comme il le fait également avec ses jouets).

Le boudin fécal stimule la zone érogène, et est perçu par l'enfant comme une partie de son corps qu'il perd. Aimer signifie à ce stade donner et garder, la possessivité est l'un des aspects dominants du stade anal. L'enfant peut satisfaire sa mère en laissant sortir à l'endroit et au moment où celle-ci le souhaite. Il peut également s'opposer à elle en retenant, c'est le développement d'un sentiment de toute puissance chez l'enfant.

C'est la mère qui imprimera la notion de saleté et le sentiment de dégoût, créant chez l'enfant l'assimilation de ses rejets à un plaisir défendu, à l'interdit. L'enfant peut concevoir la rétention comme une opposition à la mère. L'expulsion est une expression de l'agressivité.

C'est une transition vers un niveau affectif plus complexe durant laquelle l'enfant passe de l'expérimentation du clivage (succession / alternance de sentiments opposés vis-à-vis d'un même objet) à celle de l'ambivalence (mélange de sentiments opposés ressentis simultanément de manière entremêlée).

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Génétique

Le stade phallique est, selon les théories de la psychanalyse, la troisième phase, entre les âges de trois ans et sept ans, de l'évolution affective d'un bébé humain. Il succède au stade anal et est marqué par le complexe d'Œdipe.

Zone érogène : génitale et urétrale, plaisir lié à l'exhibition, au voyeurisme concernant les organes génitaux. Période de la différenciation des sexes pour aller vers une reconnaissance de l'identité sexuelle et de la sexualité.

Conflit lié au tabou de l'inceste avec le complexe d'Œdipe : L'enfant veut posséder sa mère mais pour cela il doit détruire son père, or il aime son père et l'admire mais c'est son rival.

→ Conflit important duquel il doit sortir. Pour posséder sa mère il va donc s'identifier au père en subissant son autorité mais s'identifiant à lui, il se détachera de sa mère. Le père qui était un rival devient l'objet à imiter ; il l'imite pour s'approprier de sa puissance.

2. Les 5 modèles de personnalités selon Freud

Génétique

Le stade génital est un stade de la sexualité infantile décrit par Sigmund Freud en 1905, puis finalisé en un ajout de 1915, dans son ouvrage Trois essais sur la théorie de la sexualité. Il est le quatrième et dernier stade d'évolution de la sexualité de l'enfant et succède au stade phallique.

8. La personnalité selon la théorie humaniste

Maslow et Rogers , figures de proue de la psychologie humaniste et d'autres pionniers tels Allport, Murray, Murphy, Kelly ainsi que May , Erikson , Perls et SchÜtzenberger ont fondÉ les bases de la psychologie humaniste.

La psychologie humaniste met l'accent sur la santé mentale, l'autodétermination et la réalisation de soi. L'idée centrale est qu'il existe dans chaque personne un potentiel lui permettant d'accéder à ses propres besoins et à ses aspirations essentielles si tant est qu'un accompagnement puisse favoriser, par le biais d'une écoute non évaluative, un discours subjectif.

L'approche humaniste s'intéresse principalement aux forces intérieures subjectives de l'être humain.

Abraham Maslow et Carl Rogers vont mettre en œuvre un cheminement de contre pensées psychanalytiques et béhavioristes, en créant la voie de l'approche humaniste, celle qui relie l'accomplissement de soi et la plénitude au vécu du moment présent avec une perspective optimiste et réaliste sur l'avenir.

Carl Rogers est le créateur de l'Approche Centrée sur la Personne ; approche basée sur des modalités de non directivité ou de semi directivité dont l'axiome principal est caractérisé par l'expérience subjective, impulsée elle-même, par une intersubjectivité qualitative ancrée dans le non jugement.

Les pionniers de l'approche humaniste introduisent le postulat de « l'autodétermination » induisant la possibilité à la personne, quelle qu'elle soit, de pouvoir faire des choix en lien à ses cadres et contextes environnementaux.

La psychologie humaniste fait de la personne humaine le cœur de son champ d'intérêt.
Elle axe son attention sur les ressources et la dynamique psychique de la personne favorisant ainsi, sa santé psychique et son épanouissement.

Enfin pour visualiser l'aspect pragmatique de cette approche, nous reprendrons une réponse de Moreno à une question de Freud lui demandant en quoi consistait la psychologie humaniste, Moreno répondit : « je continue où vous vous arrêtez, docteur Freud, vous travaillez sur les rêves et moi, j'aide les gens à les réaliser» (Schützenberger cite Moreno, 2002).

Ici et maintenant

L'« ici et maintenant » rappelle que nous n'avons pas de pouvoir de refaire le passé et encore moins de contrôler le futur, il appartient alors de vivre l'instant présent dans la plénitude de ce qu'il apporte car « notre vraie demeure est le maintenant». (Thich Nhat Hanh, 2007).

Etre dans l'expérience de l'instant reste une des conditions majeures à la démarche d'auto détermination et à l'épanouissement de soi , cela peut permettre de revenir sur le passé mais l'ancrage dans le présent minimise les souffrances et facilite leur dépassement.

La responsabilité

Les humanistes insistent sur la notion de responsabilité, ils occultent la mention liée à la culpabilité explicite ou implicite au profit d'une responsabilité engageante et dynamique, cela implique une démarche d'un courage à être soi, à « être soi –même » en harmonie avec ses idées et ses valeurs.

La phénoménologie

La phénoménologie peut être définie comme étant « la science des phénomènes, de ce qui apparaît à la conscience » . Selon les travaux d'Husserl , nous savons qu'elle repose sur une notion « d'intentionnalité » qui affirme « que la conscience est toujours conscience de quelque chose », elle tente d'appréhender les «phénomènes dans leur plus simple et juste expression » ; la démarche recherchée est souhaitée « simple et descriptive» .

L'intérêt est donc porté au vécu de la personne avec ses propres filtres subjectifs plutôt qu'aux attentes de l'environnement (diagnostic, pronostic, orientation). L'effort consiste à éviter l'interprétation sans fondement que ce soit tant dans les échanges verbaux et non verbaux que dans les productions annexes.

La ligne conductrice est l'expérience vécue dans une relation interpersonnelle rendant ainsi possible le cheminement de l'interdépendance et in fine, celui du développement personnel.

L’évolution personnelle

Cet élément-clé vise la reconnaissance que chaque personne a la possibilité de grandir à son rythme et en fonction de l’accompagnement vécu afin de s’accomplir dans sa vie, fusse-t-elle bordée d’épreuves et circonscrite d’un handicap.

«Accepter le diagnostic, refusez le pronostic» telle est la «biologie de l’espoir» qui permet un cheminement perçu de façon réaliste et enthousiaste.

Cet état d’esprit «se travaille et développe deux voies complémentaires: l’imprégnation optimiste et le débat intérieur positif» (Gabilliet, 2010). L’optimisme et la lucidité pouvant être complémentaires et une base solide pour laisser naître des aspirations.

9. Les théories sociales cognitives de la personnalité

La théorie de l'apprentissage social repose sur trois processus : vicariants, symboliques, et autorégulateur

Rôle des processus vicariants ou de modelage

Pour Albert Bandura, la majorité des apprentissages sociaux se fait sur une base vicariante en observant le comportement des autres et les conséquences qui en résultent pour eux. Pour Françoise Raynal et Alain Rieunier, il s'agit d'un apprentissage par observation puis reconstruction. Ils citent entre autre un proverbe africain : « Si tu es dans un village inconnu, avant de danser, regarde donc comment dansent les autres. » (Pédagogie : dictionnaire des concepts clés)

La pensée, les émotions, les comportements humains peuvent être influencés par l'observation, en cela Bandura s'oppose au béhaviorisme de l'époque

La théorie de l'apprentissage social repose sur trois processus : vicariants, symboliques, et autorégulateur

Rôle des processus symboliques

La théorie de l'apprentissage social repose sur le constat de l'extraordinaire capacité humaine à utiliser des symboles pour se représenter le monde, analyser ses expériences, communiquer, créer, anticiper et évaluer ses propres actions. En ce sens Albert Bandura est le précurseur de la psychologie cognitive

La théorie de l'apprentissage social repose sur trois processus : vicariants, symboliques, et autorégulateur

Rôle des processus autorégulateurs

Bandura met en évidence le rôle de l'action propre du sujet dans ce qu'il appellera plus tard : l'agentivité humaine : « Toute action comporte parmi ses déterminants les influences produites par le sujet lui-même. » (Carré, 2004, 23)

Les sujets sociaux ne sont pas uniquement de bons apprenants et des imitateurs actifs, ils sont des agents auto-dirigés, capables de participer à la motivation, à la guidance et à la régulation de leurs actions

Dans la théorie sociocognitive de Bandura « les sujets sociaux ne sont pas des organismes réactifs formatés par ses contingences sociopsychologiques ou dominés par des pulsions dissimulées au plus profond de leur psyché. Ils sont disposés à s'auto-organiser, à se comporter de façon proactive, à activer des mécanismes d'auto réflexion et d'auto-régulation. » (Carré, 2007, VI).

Le concept d'efficacité personnelle

Selon Albert Bandura (2010) les individus, architectes partiels de leur propre destinée, contribuent causalement à leur fonctionnement psychosocial par des mécanismes d'agentivité personnelle dont le plus important et le plus répandu est la croyance d'efficacité personnelle.

Le concept d'efficacité personnelle

L'auto-efficacité : sa définition, ses sources Albert Bandura a cherché ensuite à comprendre ce système de croyance personnelle et a formulé une théorie sur la façon de construire un sentiment d'efficacité personnelle résilient, persévérant malgré les difficultés. Il a cherché à identifier ses différents effets, à spécifier les mécanismes par lesquels il agit et à définir des principes opérationnels pour appliquer ces connaissances à un niveau individuel et collectif.

Le concept d'efficacité personnelle

Les hommes sont peu enclins à agir s'ils ne croient pas que leurs actes peuvent produire les effets qu'ils souhaitent. Les individus guident leur existence en se basant sur la croyance en leur efficacité personnelle.

Pour Bandura dans Self-Efficacy - The exercise of personal control, « L'efficacité personnelle perçue concerne la croyance des gens dans leurs capacités à agir de façon à maîtriser les événements qui affectent leurs existences. Les croyances d'efficacité forment le fondement de l'agentivité humaine. » (Carré, 2004, 41)

10. Les théories de l'attachement

- Les spécialistes nous apprennent que l'attachement est important pour les mammifères que nous sommes.

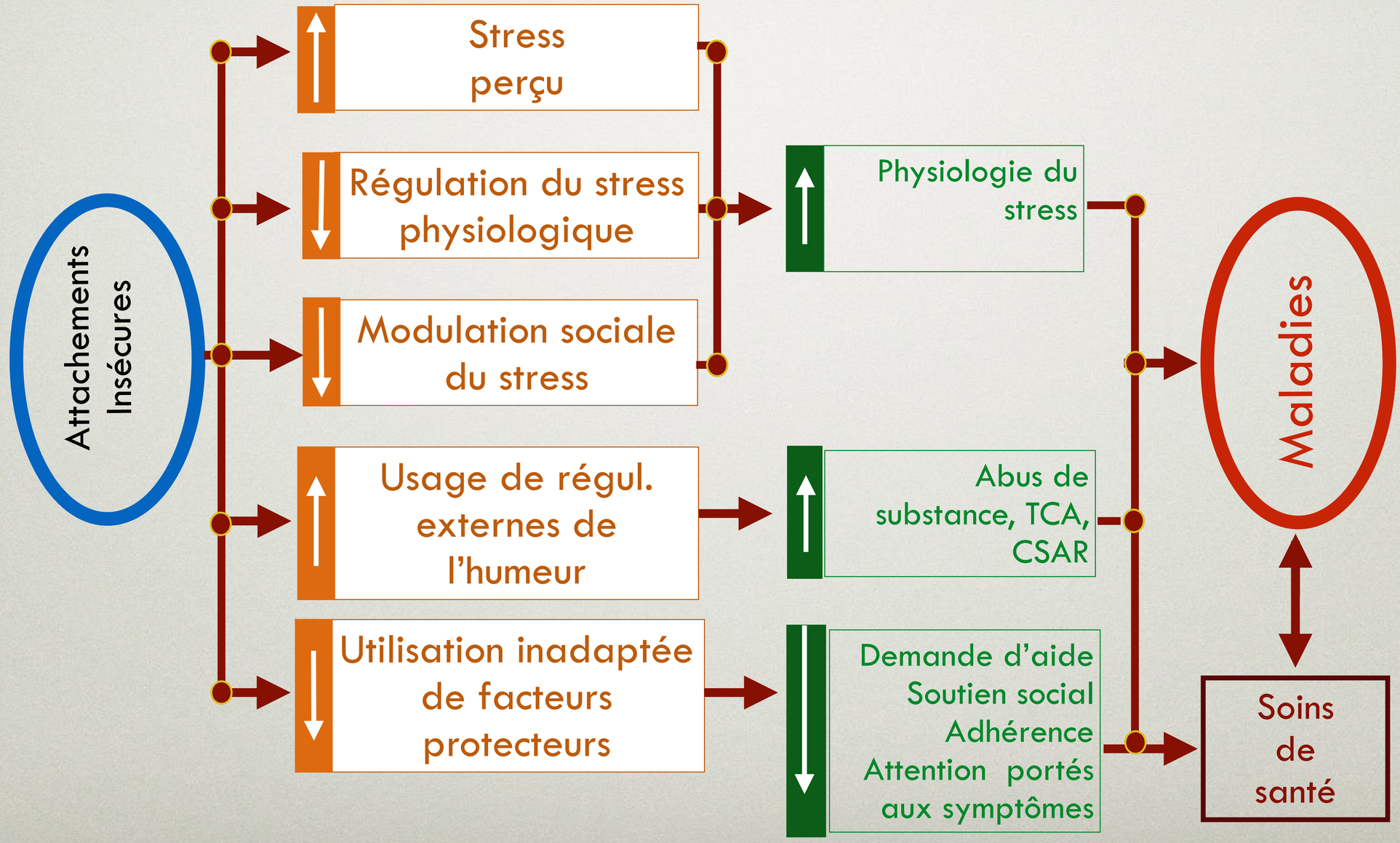


- Attachement sécure, insécure-anxieux, insécure-évitant, insécure-résistant, insécure-désorganisé

- Un lien d'attachement **sécure** est fondamentalement stabilisant.

Si la capacité à être en lien est impactée, tout le travail psychique et médical sont fragilisés et il nous manquera cette dimension relationnelle sécurisante et stabilisatrice dont chacun de nous a besoin.

Attachment-Diathesis Model of Chronic Pain (ADMoCP) - (Meredith & al., 2008, Meredith & Strong, 2019)



ELSEVIER

Journal of Psychosomatic Research 53 (2002) 763–773

Journal of Psychosomatic Research

Attachment and coping with chronic disease

Silke Schmidt[a,*], Christof Nachtigall[b], Olivia Wuethrich-Martone[b], Bernhard Strauss[c]

[a]*Department of Medical Psychology, University Hospital of Hamburg Eppendorf, Martinistrasse 52, Pav. 73, Hamburg D-20246, Germany*
[b]*Department of Methodology, Institute of Psychology, University of Jena, Jena, Germany*
[c]*Institute of Medical Psychology, University Hospital of Jena, Jena, Germany*

Received 4 September 2001; accepted 20 February 2002

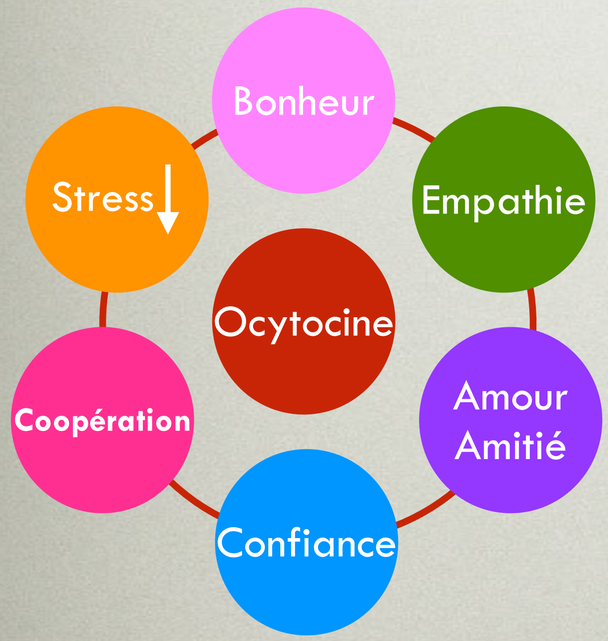
Table 4
ANOVA between attachment styles and coping dimensions

Coping dimensions	Secure ($n=53$)	Ambivalent ($n=45$)	Avoidant ($n=21$)	Mixed ($n=30$)	F	P	η^{2}*
Observer rating							
Seeking attention and care	2.17 (1.03)[a]	1.50 (1.00)[b]	1.50 (1.17)	1.40 (0.94)[b]	5.40	.002	0.10
Denial	0.65 (0.89)[a]	0.91 (0.83)[a]	1.56 (0.99)[b]	1.37 (0.98)	6.41	.001	0.12
Diverting	1.50 (0.83)	1.13 (0.82)	1.50 (0.96)	1.18 (0.84)	1.95	.124	0.04
Rigidity of coping	0.37 (0.26)[a]	0.57 (0.26)[b]	0.62 (0.25)[b]	0.65 (0.24)[b]	10.90	.001	0.18
Self-report	$n=52$	$n=38$	$n=18$	$n=25$			
Diverting	3.69 (0.74)[a]	3.59 (0.70)[a]	3.35 (0.71)	3.19 (0.63)[b]	4.94	.003	0.10
Seeking attention and care	2.62 (0.69)	2.78 (0.69)[a]	2.25 (0.71)[b]	2.48 (0.61)	2.73	.047	0.06

Means with different signs indicate significant differences in the Scheffé tests ($P<.05$).
Negative emotional in coping in both perspectives was not included because these scales were not normally distributed.
All differences between the levels of each variable are significant at $P<.05$ except those differences with the same superscript.
* η^{2} refers to the portion of variance explained by attachment patterns.

Le système d'attachement, comme le dit Bowlby (1988), est actif «du berceau à la tombe » et est **activé chaque fois** qu'une situation difficile et douloureuse se produit, dans laquelle le sujet se sent vulnérable…

Comment le « système d'attachement » interagit avec le « système de stress »?



Ocytocine → Dopamine → Plaisir de vivre

Hypothèse

Fight or Flight

Une notion sexiste?

≠

Tend and Befriend

(Prendre soin et Resserrer les liens)









Les personnes « sécures» sont à même d'activer un système neuroendocrinien qui d'ordinaire est activé dans les situations d'intimité sociale… alors même qu'elles sont physiquement seules dans la situation de stress expérimental (Pierrhumbert & al., 2017)

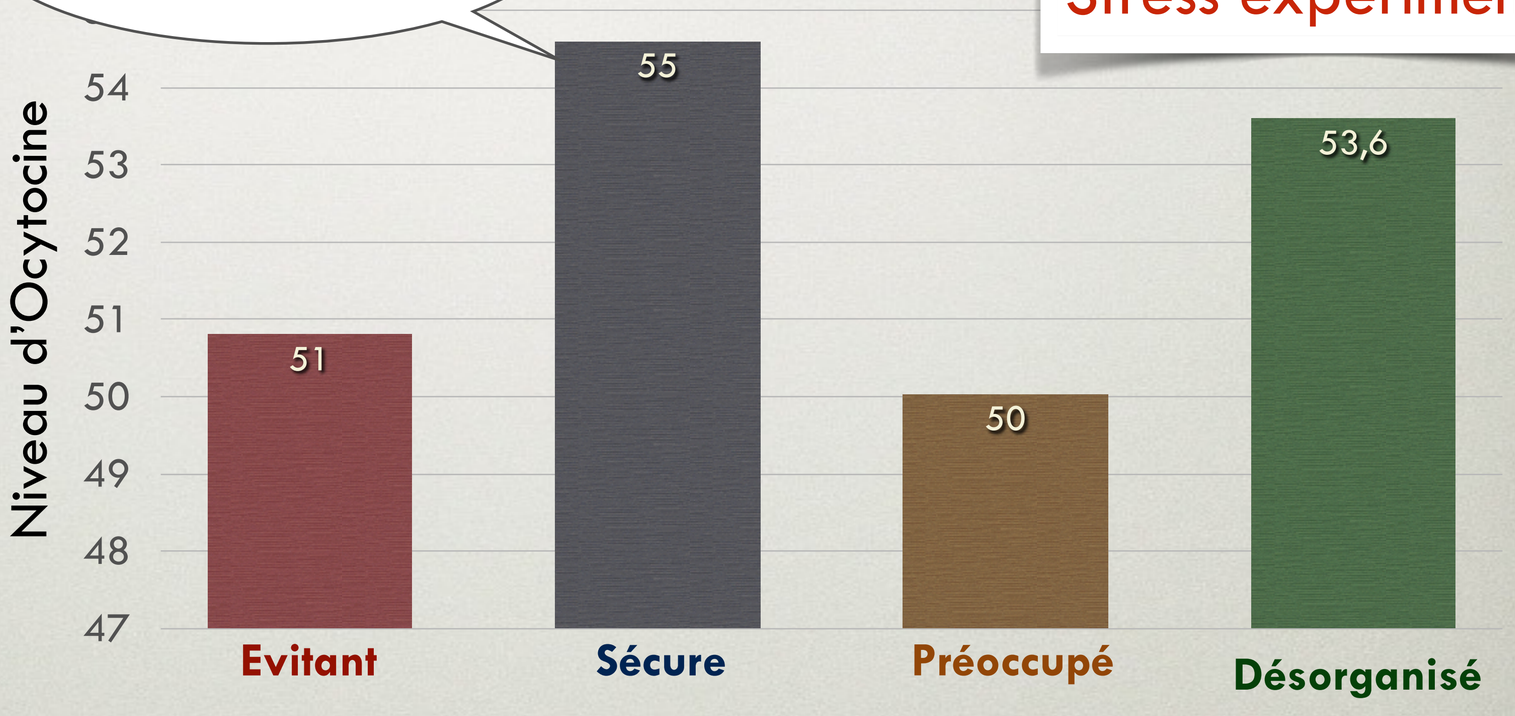
Confirme l'importance des

Modèles **I**nternes **O**pérants

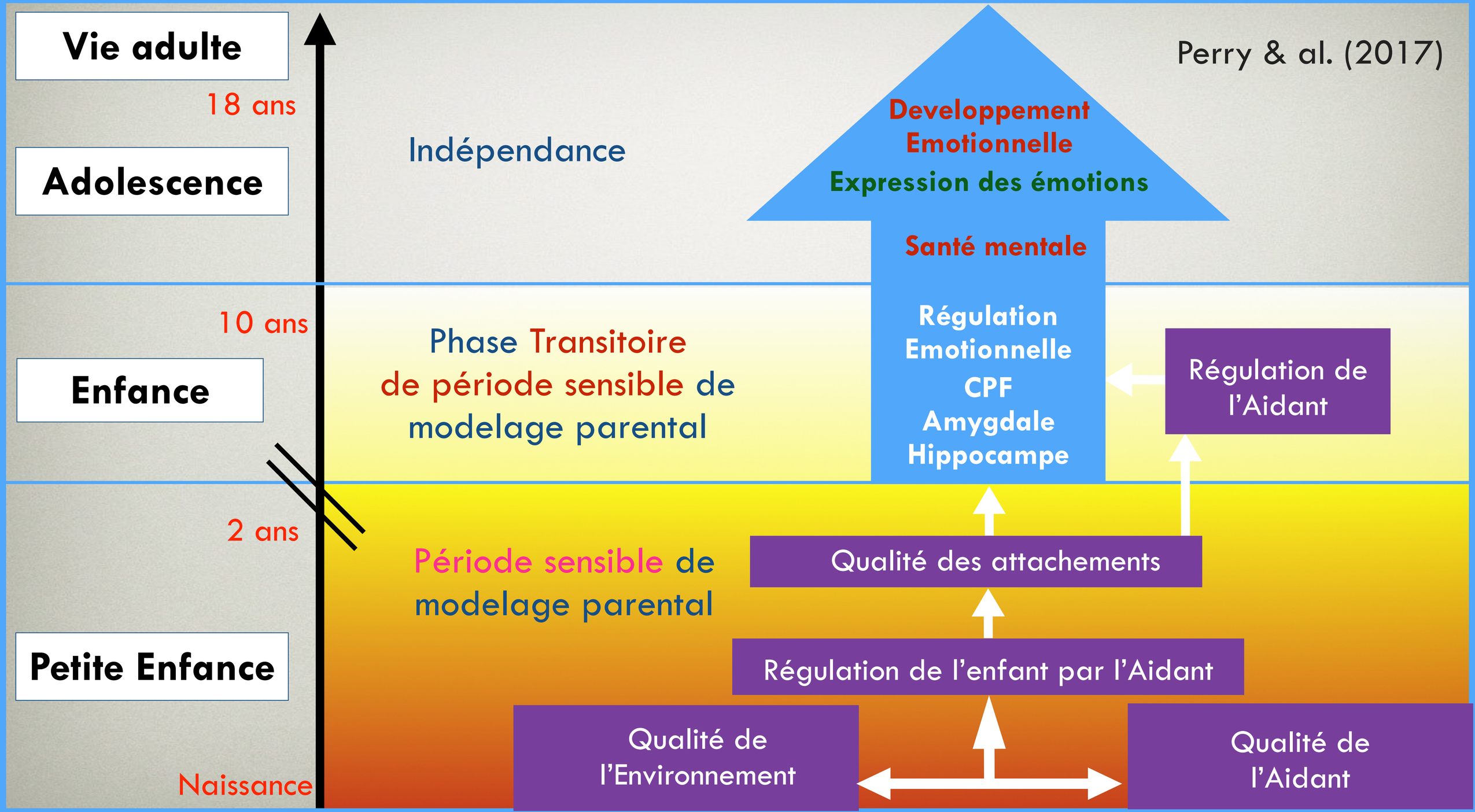
Internalisation des expériences de sécurité, permettant à l'individu de réguler ses émotions en l'absence de l'autre.

Niveau d'OT plus important sous stress

Stress expérimental



Ainsi,…dans des conditions adverses, les personnes « sécures », à l'aise dans leurs émotions, seraient capables de « mimer » dans leur corps la présence de l'autre.


Vie adulte
18 ans
Adolescence
Indépendance
Perry & al. (2017)
Developpement Emotionnelle
Expression des émotions
Santé mentale
10 ans
Enfance
Phase Transitoire de période sensible de modelage parental
Régulation Emotionnelle
CPF
Amygdale
Hippocampe
Régulation de l'Aidant
2 ans
Période sensible de modelage parental
Qualité des attachements
Régulation de l'enfant par l'Aidant
Petite Enfance
Qualité de l'Environnement
Qualité de l'Aidant
Naissance

11. Une conception cognitive de la personnalité

Le modèle du fonctionnement humain proposé par Ellis (1962) établit d'abord que les cognitions, les émotions et les comportements sont des composantes intrinsèquement reliées, les unes étant les conséquences et la stimulation des autres.

Ce modèle A-B-C (Ellis, 1977) affirme que les réponses cognitives, émotives et comportementales (C: conséquences) découlent d'un système de croyances (B : «beliefs») que l'individu entretient par rapport à la réalité (A: stimulus) interne (ses buts personnels) et externe (les événements)

Selon cette théorie du fonctionnement de la personnalité, des croyances rationnelles, responsables d'une perception et d'une interprétation adéquates des objectifs individuels et des événements réels, entraînent des cognitions, des émotions et des comportements de plaisir ou de frustration adaptés aux circonstances (Ellis & Bernard, 1986).

Ainsi conçue, la personnalité de l'individu repose sur un système cognitif qui, d'une part, perçoit et interprète la réalité en fonction de croyances rationnelles ou irrationnelles et qui, d'autre part, sous-tend son bon fonctionnement ou son dysfonctionnement.

Ellis (1994; Ellis & Harper, 1975) attribue la cause des névroses, non pas aux événements qui ont pu se produire dans l'enfance ou récemment, mais plutôt à l'interprétation irréaliste que l'individu fait de ces événements. S'appuyant sur un système de croyances irrationnelles comprenant: des principes moraux et sociaux érigés en dogmes portant sur soi (de dois ou devrais...»), sur les autres (« Il doit ou elle devrait...) et sur le monde ou la vie en général («Il faut que...»), des convictions et des préjugés entachés d'erreurs de logique (absolutisme, généralisation, dramatisation...) et des jugements de valeurs ou des attitudes irréalistes sous-tendant des cognitions névrotiques, anxiogènes ou dépressives, l'individu interprète mal sa réalité passée, présente et à venir (Ellis, 1994)

Parallèlement, Beck (1967) propose un modèle cognitif similaire

(S —> système cognitif —>R)

qui avance, en des termes empruntés avec le temps au paradigme du traitement de l'information (Merluzzi, Rudy, & Glass, 1981; Ingram, 1987), que toute réponse cognitive, émotive ou comportementale résulte d'une perception et d'une interprétation plus ou moins conscientes et justes de la réalité (Beck, 1976).

Un traitement cognitif fonctionnel vise à satisfaire les besoins primaires de survie et de reproduction de l'individu et produit des cognitions, des émotions et des comportements adaptés aux circonstances (Beck & Weishaar, 1989)

Ce système cognitif, responsable d'une interprétation adéquate ou inadéquate de la réalité, se compose: (1) de schèmes latents ou de croyances fondamentales absolues (des règles ou des principes de base profondément ancrées) et conditionnelles (des attitudes ou des opinions plus explicites), qui forment la «structure cognitive» ou la «personnalité» de l'individu, C.-à-d. la base sur laquelle la personne s'appuie pour décoder la réalité et qui sous-tend sa façon habituelle de l'interpréter et d'y réagir; (2) de pensées volontaires (réfléchies) ou automatiques (réflexes) qui découlent de ces schèmes latents, ou croyances fondamentales absolues et conditionnelles, et qui constituent une fonne de langage intérieur; (3) d'un processus de traitement des stimuli plus ou moins empreint de distorsions cognitives (c.-à-d. des erreurs de raisonnement telles que l'inférence arbitraire, l'abstraction sélective, la généralisation à outrance, l'exagération, la minimisation, la personnalisation et la pensée dichotomique) qui biaisent d'autant l'interprétation de la réalité et (4) de contenus cognitifs thématiques portant principalement sur la perception de soi, des autres, du monde en général et de l'avenir (Beck, 1967, 1976; Beck & Emery, 1985; Beck, 1. S., 1995

Ce système cognitif, responsable d'une interprétation adéquate ou inadéquate de la réalité, se compose:

(1) de schèmes latents ou de croyances fondamentales absolues (des règles ou des principes de base profondément ancrées) et conditionnelles (des attitudes ou des opinions plus explicites), qui forment la «structure cognitive» ou la «personnalité» de l'individu, C.-à-d. la base sur laquelle la personne s'appuie pour décoder la réalité et qui sous-tend sa façon habituelle de l'interpréter et d'y réagir;

(2) de pensées volontaires (réfléchies) ou automatiques (réflexes) qui découlent de ces schèmes latents, ou croyances fondamentales absolues et conditionnelles, et qui constituent une fonne de langage intérieur;

Ce système cognitif, responsable d'une interprétation adéquate ou inadéquate de la réalité, se compose:

(3) d'un processus de traitement des stimuli plus ou moins empreint de distorsions cognitives (c.-à-d. des erreurs de raisonnement telles que l'inférence arbitraire, l'abstraction sélective, la généralisation à outrance, l'exagération, la minimisation, la personnalisation et la pensée dichotomique) qui biaisent d'autant l'interprétation de la réalité

(4) de contenus cognitifs thématiques portant principalement sur la perception de soi, des autres, du monde en général et de l'avenir