

LES PROFILS PSYCHOLOGIQUES

La typologie¹ que nous allons exposer donne des indications au praticien sur différents aspects de la personnalité: attitudes, façon d'appréhender les relations, modes d'expression, styles de croyances, type de comportements, fonctionnement affectif, etc. Au total, elle fournit des points de repère sur les grands fonctionnements psychiques de la personne.

Nous détaillerons cinq principaux traits de caractère. Ces traits sont des moyens utilisés par l'individu pour répondre aux stimulations de l'existence. Ce sont des « formes » comportementales qui visent à s'adapter à l'environnement. Ainsi dans un conflit lors d'une réunion, l'un reste en retrait en attendant de voir venir, l'autre tente de concilier les personnes alors qu'un troisième insiste pour ne s'en tenir qu'aux faits objectifs. Ce sont trois façons de répondre, trois façons qui correspondent à des différences de caractères.

Ces traits de caractère sont des éléments de base de la constitution de la personnalité. Ce ne sont pas des classes destinées à ranger les personnes, mais des moyens élémentaires pour décrire la composition particulière du caractère d'une personne. Communs à tous, ces traits se mélangent à l'infini, selon des dosages variables comme le font les trois couleurs de base pour donner toutes les nuances de l'univers.

L'analyse du profil

Ces caractéristiques sont générales et ne s'appliquent à personne en particulier; ce ne sont que des composantes qui se combinent entre elles selon des proportions variables en fonction des individus. Même les raisons qui conduisent à la mise en place d'un trait de caractère chez un individu sont infiniment variées et ne correspondent parfois que de loin au schéma théorique proposé.

Nous devons donner un avertissement qui a valeur générale pour tous les traits de caractère que nous présentons ci-dessous. La nécessité de la démonstration et de la compréhension nous oblige à être synthétique et inévitablement schématique. Or la réalité humaine est beaucoup plus subtile et complexe que les différentes théories qui tentent de la décrire. De fait, la grande subtilité de l'humain rend tout décryptage des éléments de caractère difficile et nécessite une solide formation pour y parvenir. Les principaux traits qui s'articulent pour composer un caractère spécifique à un individu sont les suivants :

- Trait de caractère schizoïde,
- Traits de caractère oral,
- Traits de caractère masochiste,
- Traits de caractère rigide,
- Traits de caractère narcissique.

Nous allons en faire une description sommaire que le lecteur intéressé pourra approfondir par la lecture d'ouvrages sur la bioénergie.

¹ Cette typologie provient des travaux de trois médecins nord-américains (Wilhelm Reich, Alexander Lowen, John Pietrakos). On peut la retrouver dans les ouvrages qui traitent de bioénergie.

1. Les traits de caractère schizoïde

Le terme de schizoïde a été choisi pour son sens étymologique de coupure (du grec *schize* : fendre, couper). Ce trait de caractère répandu ne doit pas être confondu avec la schizophrénie qui, elle, est une atteinte psychique grave et relève de la médecine psychiatrique. Le trait de caractère schizoïde a un fondement dans l'histoire du sujet. Il est en général lié à des formes plus ou moins fortes de rejet de l'enfant par son milieu.

Deux principales catégories de rejet sont à retenir. Le premier est celui d'un enfant non ou peu désiré. Le second est celui d'un enfant, certes désiré, mais plus désiré pour combler le besoin de la mère que comme individu indépendant. Il a davantage été désiré comme objet de satisfaction de sa mère que comme personne distincte issue de l'amour de deux êtres.

Le premier cas est assez aisé à comprendre: l'enfant non désiré va se sentir rejeté de différentes manières. Peut-être éduqué avec un grand sens du devoir, il ne connaîtra jamais la force sereine qu'offre le sentiment profond de vivre du fait du désir de deux personnes qui s'aiment. Il ne grandira pas de ce fait avec le sentiment de plénitude auquel on est en droit de s'attendre lorsqu'on est mis au monde.

Le deuxième cas mérite une explication. Certaines femmes expriment le besoin d'avoir un enfant pour des raisons qui leur propres: s'émanciper, vivre leur potentiel de femme et de mère, prendre une revanche, etc. Dès le départ, cet enfant n'est pas conçu en tant qu'être tiers mais vient combler un besoin de sa mère, éventuellement de son père. Cette forme du désir de la mère pour son enfant aura des conséquences sur ses modes de relation. Souvent de nature très possessive, pour la raison même qui a présidé à la conception de cet enfant, la relation que sa mère entretient avec lui va provoquer une position de retrait de l'enfant qui a besoin de se protéger d'un amour trop étouffant. Ne se sentant, d'une certaine façon, pas désiré pour lui-même, mais pour la satisfaction qu'il procure à son entourage, il aura tendance à rechercher une indépendance prématurée pour se sentir exister.

Les particularités de ce trait de caractère

La caractéristique de dissociation produit des effets de désarticulation, tant au niveau corporel que comportemental.

La tendance générale au retrait, avec un détachement vis-à-vis des choses de la vie, peut aller jusqu'à ne pas craindre de mettre la sienne en danger. Réfugié dans un monde intérieur très riche, la philosophie de l'individu est marquée par la croyance que l'existence ne peut être maintenue qu'à condition de n'avoir que des besoins très limités et de ne jamais dépendre d'autrui. Bien que vivant une absence continuelle de sécurité, il peut supporter une forte dose de peur.

Le manque de joie et de sentiments tendres est remplacé par des pensées. L'émotivité est généralement réduite avec cependant un risque d'éruptions émotionnelles violentes.

Dans la relation à autrui, une personne de ce type peut se montrer dure, insensible ou craintive, ressentant facilement une sorte d'insécurité. Elle va éviter les relations d'intimité, craindre d'être aimée et traiter les autres en objet de la même façon qu'avec soi-même, dans la suite logique de ce qui a été vécu.

Enfin, la pensée et l'imagination sont brillantes, en lien étroit avec l'inconscient.

2. Les traits de caractère oral

Les traits de caractère oral se fondent sur une tout autre dynamique que ceux du caractère schizoïde. Ils se constituent à partir d'un sentiment d'abandon ou de privation de plaisir. L'étiologie de cette structure provient d'une forme d'absence de la mère. Cette absence peut être d'origine accidentelle, ou le résultat d'un sentiment de l'enfant: la mère, trop absorbée par ailleurs, ou ne pouvant pas transmettre le plaisir de vivre à son enfant, est vécue comme absente. C'est en fait la qualité de présence de la mère ou de l'environnement familial qui est à l'origine des développements de ces caractéristiques.

❖ Les particularités de ce trait de caractère

La conséquence de cette privation est une sensation de vide intérieur que la personne cherche à remplir grâce aux autres, par l'activité ou par des conduites de dépendance ou d'addiction qui visent une compensation.

Ce manque entraîne un sentiment d'amertume et d'injustice. Il se traduit par de grands besoins d'amour, de proximité, et par une générosité qui présente une forte tendance à donner ce qui n'a pas été reçu ou ce qui désirerait l'être.

Les personnes de tendance orale ont un profond besoin de reconnaissance et prennent beaucoup en charge autrui. Elles prennent des engagements importants en passant par des phases d'exaltation et de dépression. Elles ont besoin de se sentir au centre du désir de l'autre.

L'oralité peut aussi se manifester de façon inversée, dite oralité rebelle.

L'individu dans ce cas, n'acceptant pas son besoin de proximité et de reconnaissance, fonctionne sur un registre de surindépendance qui tente de compenser, par un comportement d'opposition, son besoin interne profond, trop difficile à assumer.

Ce caractère présente un certain nombre de qualités spécifiques comme la douceur, la capacité d'implication, le sens de l'écoute et la générosité.

3. Les traits de caractère masochiste

Le trait de caractère masochiste doit s'entendre lui aussi dans un sens différent de celui du sens commun qui veut, à tort d'ailleurs, que la personne de caractère masochiste aime la souffrance. Elle ne l'aime pas mais ne peut faire autrement que de rechercher en apparence des situations douloureuses, pour, en fait, tenter constamment de se délivrer d'une sorte de carapace qui l'étreint. Cette structure de caractère résulte non pas d'un manque, comme les deux précédents, mais d'un trop plein. Ce trop plein d'amour, cette trop grande proximité vont jusqu'à provoquer une absence de privauté de l'enfant. La mère, très présente, est partout. Le père un peu effacé, voire dominé, ne joue pas son rôle protecteur de l'enfant vis-à-vis de débordements envahissants.

Dans cet environnement, toute révolte ou affirmation de son autonomie par l'enfant est vécue comme une forme de séparation, si ce n'est de trahison. Une pression continuelle s'exerce sur lui: tout est forcé, s'opposer n'est pas possible. L'amour y est conditionnel: il faut être un bon petit! Il en résulte que toute forme de résistance est empêchée et provoque des sentiments de désapprobation, de culpabilité et d'humiliation.

❖ Les traits de caractère propres à cette structure

- **La soumission externe cache une attitude interne parfois sournoise ou narquoise**, résultant d'une colère inexprimable.
- **La difficulté à exprimer les sentiments** et à se dresser est compensée par des comportements de provocation qui, en tentant de faire réagir l'autre (pour qu'il ouvre la voie de l'expression), remplacent l'affirmation de soi.
- **Des plaintes continuelles, marquant une rébellion passive, n'empêchent pas le lâcher-prise et la détente.** Ces types de personnalité manifestent beaucoup de force et d'énergie contenue et d'opposition cachée à toute forme d'autorité, y compris celle du coach.

Les qualités propres à cette structure sont la fidélité, le sens du travail bien fait, la ténacité, l'amour, la puissance profonde.

4. Les traits de caractère rigide

Ces individus ont une tendance à la raideur, par fierté. Si la fierté est une qualité, dans ce cas c'est un mode défensif, une rigidité opiniâtre. Céder signifie pour la personnalité rigide la soumission et l'effondrement. Elle est victime de la crainte d'être utilisée ou piégée, d'où un important degré de contrôle du comportement. L'accent, souvent mis sur la réalité, l'objectivité, la rationalité, sert de défense à un lâcher prise tourné vers le plaisir.

Le trait de caractère rigide se développe à partir d'interdictions, dans l'enfance, portant sur l'émotionnel ou l'affectif. L'enfant a de ce fait appris à cacher ses émotions, voire même à s'en couper. Le désir et les sentiments ont été empêchés. Ce refus d'accepter cette dimension vitale instinctive a été vécu comme une trahison de la demande d'amour et l'enfant a dû apprendre à manœuvrer pour obtenir de l'affection.

La rigidité affective est en fait une impossibilité d'accéder à la disponibilité sensible.

❖ Les particularités de ce trait de caractère

- **La rigidité se traduit par un contrôle continu** des comportements et par des croyances en la nécessité de recettes pour vivre: se montrer fort, ne pas exprimer ses sentiments, être parfait, etc.
- **Cette rigidité se manifeste par de la raideur, de la dureté ou bien se dissimule sous de la souplesse plus ou moins théâtralisée :** il faut être souple! ... (Ce qui n'est que le résultat d'une nouvelle recette pour vivre). Certaines personnes savent se montrer parfaitement douces et séduisantes alors qu'elles dissimulent une rigidité profonde.
- **Déterminés, énergiques, souvent en surrégime,** les individus qui relèvent de ce trait sont orientés vers le monde: ambitieux, compétitifs, efficaces, ils réprouvent toute passivité ou inactivité qui leur fait craindre d'être vulnérables.

Un bon travail d'évolution consiste à leur faire apprivoiser leurs sentiments et comprendre que la vie résulte de pulsations et de pulsions et non de recettes volontaires.

5. Les traits de caractère narcissique

Tout enfant qui naît dans une famille « normale » est adulé. Cet amour inconditionnel, cette image merveilleuse de lui, il les reprend peu à peu à son compte. Elle constitue alors le narcissisme, amour que l'on se porte à soi-même, sentiment d'avoir une valeur à ses propres yeux et à ceux des autres. Néanmoins deux obstacles peuvent venir entraver la constitution d'un tel processus :

- **l'insuffisance d'apport narcissique,**
- **l'excès d'apport narcissique.**

La première situation a pour conséquence une fragilité narcissique importante qui provoque un sentiment d'infériorité. La deuxième, l'excès d'apport, produit un besoin continu de recevoir de l'admiration et des louanges de la part d'autrui.

❖ **L'insuffisance d'apport narcissique**

L'enfant n'a pas rencontré dans son environnement le reflet valorisant de lui-même qu'il puisse reprendre à son compte.

Pour lutter contre ce sentiment de n'avoir pas été assez aimable, assez beau, assez intelligent pour recevoir l'attention et l'affection nécessaires, l'individu augmente artificiellement la valeur qu'il se donne à lui-même. Il s'attribue une sorte de (plus-value) : ou il est le meilleur (ou parmi les meilleurs), ou il ne vaut rien. Avoir été insuffisamment au centre des regards entraîne la nécessité d'y être en permanence.

❖ **L'excès d'apport narcissique**

Le deuxième cas est l'inverse du précédent. Ce qui est en jeu n'est pas l'impossibilité d'exercer une emprise sur son entourage, mais l'impossibilité de se déprendre de l'emprise d'autrui. En effet, pour certains parents, leur rejeton est si merveilleux, les comble à un tel point, est si parfait, leur permet de telles satisfactions, que l'enfant reste pris dans les rets de la séduction ou des exigences de son père ou de sa mère. Son but sera de lire dans leur regard la satisfaction qu'il leur procure. À aucun moment, il ne pourra envisager de les décevoir, de chuter sans leur estime en imaginant pour lui-même un projet d'existence ordinaire. Chacun est fixé dans une idéalisation de l'autre : les parents idéalisent leur enfant et réciproquement. Le gain est important : l'opinion que le sujet a de lui est inaltérable, il sait qu'il est supérieur, donc que les autres lui sont inférieurs. Il cherche à reproduire les mêmes relations courtisanes avec les personnes placées hiérarchiquement au-dessous de lui, tentant de séduire par son intelligence, sa docilité, ou son perfectionnisme. L'envers de la médaille : imbu de lui-même, bien qu'ayant l'habileté de ne pas le montrer, un tel sujet n'est pas équipé pour faire face aux « claques » narcissiques, aux blessures d'amour-propre auxquelles chacun est confronté dans son existence. Il déforme alors l'événement, en en réduisant la portée. Il est incapable de renoncer.

❖ **Les particularités de ce trait de caractère**

- **L'image est importante pour les personnes de caractère narcissique.** Cela les conduit à se composer un masque social acceptable dont le reflet dans les yeux des autres les rassure. Les personnalités narcissiques sont plus préoccupées par l'image qu'elles donnent d'elles que par leurs propres sentiments.

- **Les sentiments et les sensations sont niés** (surtout ceux qui relèvent de la tristesse et de la peur) car ils sont assimilés à un manque de force ou de courage. Ce déni, y compris celui du désir ou de l'amour, protège contre les blessures éventuelles et la souffrance que peut engendrer une relation réelle à autrui. Nier sa tristesse permet de projeter une image d'indépendance, de courage et de force. Alors que la vraie force ou le vrai courage consiste à connaître ses sentiments et à avoir la capacité de les dépasser. Du fait de leur absence de qualités humaines, ces individus ne se sentent pas concernés par l'environnement, la qualité de la vie et les personnes qui les entourent. De ce fait, ces personnalités peuvent aller jusqu'à être sans pitié, ou destructrices envers quelqu'un.

- **D'une ambition intense, d'une aspiration constante à l'éclat**, les individus narcissiques se caractérisent par une soif de pouvoir et d'autorité sur autrui. Ce contrôle du pouvoir revêt la même fonction que le contrôle excessif de soi: se protéger des humiliations possibles. « *Grâce au pouvoir; la personnalité narcissique tente de transcender ses sentiments d'impuissance et de dépendance* »
Il a l'obligation de réussir et de faire toujours mieux.

- **Une recherche constante de stimuli extérieurs**, une hyperactivité brillante, un mouvement de conquête permanent, un besoin compulsif de créer, visent à ignorer et se protéger d'un sentiment chronique de vide.

- **Une forme d'arrogance n'est pas rare chez les personnes narcissiques** même si elles n'accomplissent rien et n'éprouvent aucun respect d'elles-mêmes. « *Dépourvus du sens de la mesure, ils ont tendance à aller jusqu'au bout de leurs impulsions* ».

Pour le psychanalyste Otto Kernberg³, ces personnalités « *présentent des combinaisons variées d'ambition démesurée, de fantasmes de grandeur; de sentiments d'infériorité, en même temps qu'elles sont esclaves de [l'admiration et des louanges d'autrui.* »

Ces rappels terminologiques trop brefs ne doivent pas laisser croire à une vision simpliste de la personnalité humaine qui en méconnaîtrait les subtilités. Ils ne doivent pas non plus laisser penser que la maîtrise de ces mêmes concepts permettrait de croire savoir à la place d'autrui. Ce ne sont que des modèles pour se repérer et jamais des descriptions d'un humain, qui se révèle toujours plus complexe, car constitué de véritables couches de caractères qui se sont combinées dans le temps.

Olivier Devillard
 Coacher
 Dunod; 2001

2 Lowen Alexander, *Gagner à en mourir, Une civilisation narcissique. Hommes et groupes* Éditeurs, 1987

3 2. Kernberg Otto, *La Personnalité narcissique*, Privat, 1980.