



Personnalité

Chapitre 13

Personnalité

Le mode caractéristique de penser, de ressentir et d'agir de chaque individu qui nous rend unique

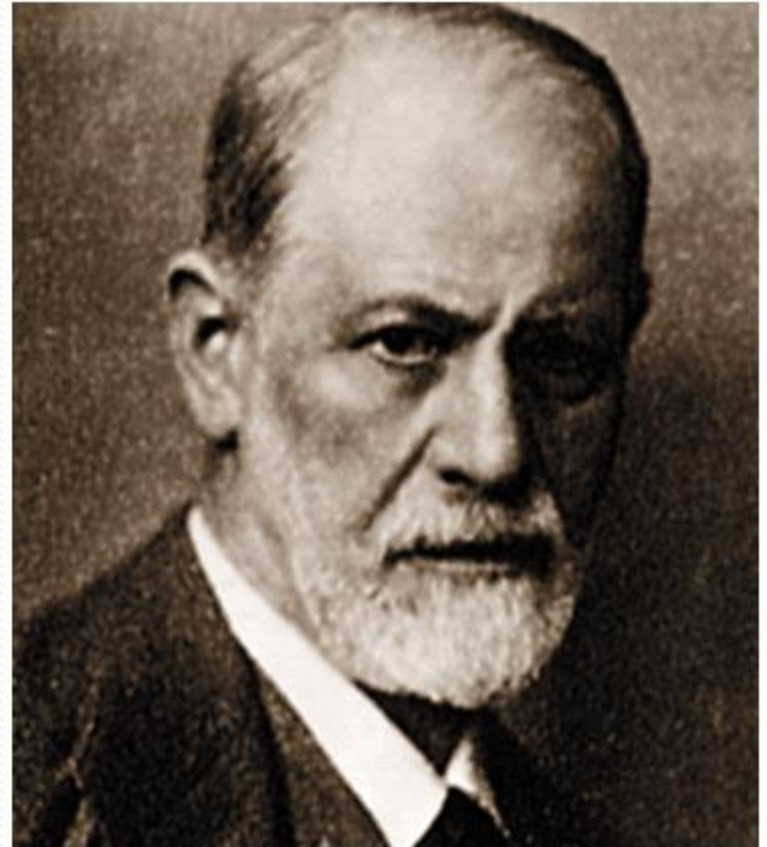


	Timide	Joyeux	Simplet	
Atchoum		Gincheux	Doc	Dormeur

Chaque nain a sa propre personnalité.

Perspective psychanalytique

- Patients avec troubles anxieux
- Troubles sans signification neurologique.



Culver Pictures

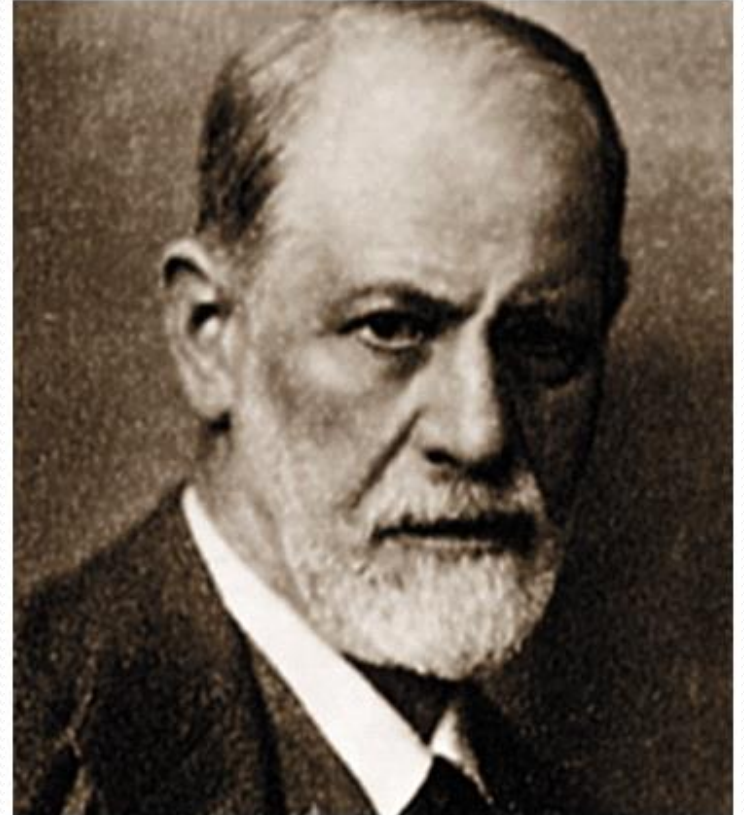
Sigmund Freud
(1856-1939)

Perspective psychanalytique

- Première théorie explicative de la personnalité

Concepts de base:

- l'inconscient de l'esprit
- Les stades psychosexuels
- Les mécanismes de défense.



Culver Pictures

Sigmund Freud
(1856-1939)

Perspective psychanalytique: L'inconscient

- Un réservoir de pensées, de souhaits, de sentiments et de souvenirs, pour la plupart inacceptables

- S'exprime parfois sous forme déguisée



L'inconscient:

La structure de l'esprit *(selon Freud)*

La conscience est comme un iceberg
Le *préconscient* contient des pensées
temporaires.



Conscient

Préconscient

Inconscient

Explorer l'inconscient

Association libre

- Méthode d'exploration de l'inconscient consistant à dire tout ce qui nous vient à l'esprit

Explorer l'inconscient

L'interprétation des rêves

Une autre méthode pour analyser le subconscient: interpréter le contenu manifeste et latent des rêves.

Explorer l'inconscient :

La Psychanalyse

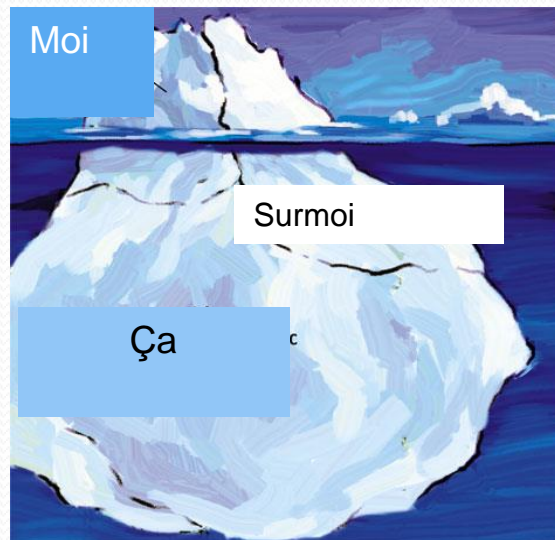
- Théorie de la personnalité et technique thérapeutique créée par Freud
- Thérapie doit révéler et interpréter les motivations et conflits inconscients



Explorer l'inconscient:

Structure de la personnalité selon Freud

La personnalité se développe grâce à nos efforts pour résoudre les conflits entre nos *pulsions biologiques* (Ça) et les *contraintes sociales* (Surmoi).
(Surmoi).



Structure de la personnalité:

Ça, Moi et Surmoi

Le Ça:

- Opère selon le principe de plaisir
- Lutte pour satisfaire les pulsions sexuelles et agressives fondamentales
- Gratification immédiate

Le Surmoi:

- Représente les idéaux
- Fournit les références pour le jugement (la conscience) et les aspirations futures.

Structure de la personnalité:

Ça, Moi et Surmoi

Le Moi:

- « Directeur » de la personnalité
- Intermédiaire entre le Ça et le Surmoi
- Opère selon le principe de la réalité

Développement de la personnalité selon Freud

- Se forme durant les premières années de l'existence

VIA:

1. Les stades psychosexuels
2. L'identification

Développement de la personnalité :

Stades psychosexuels

Stades psychosexuels:

- Les énergies liées à la recherche du plaisir du **Ça** se concentrent sur différentes zones corporelles sensibles (zones érogènes)

Développement de la personnalité :

Stades psychosexuels

- 1. Oral** Plaisir centré sur la bouche
(0-18 mois)
- 2. Anal** Plaisir centré sur l'élimination
(18-36 mois)
- 3. Phallique** Plaisir centré sur les organes généitaux
(3 à 6 ans)

Stades psychosexuels:

Complexe d'Œdipe chez les garçons

- Désirs sexuels d'un garçon *pour sa mère*
- Jalousie et haine pour le père
- Père est considéré comme un rival

Stades psychosexuels

Complexe d'Électre chez la fille

- Selon d'autres psychanalystes
- Désir d'une fille pour son père

Stades psychosexuels (suite)

4. Période de latence

(6 ans-puberté)

Sentiments sexuels quiescents

5. Génital

(puberté -)

Maturation des intérêts sexuels

Développement de la personnalité :

Stades psychosexuels : Fixations

Fixation orale

- Si sevrage précoce de la mère



Fixation anale

- Si problème dans l'entraînement à la propreté



Développement de la personnalité:

Identification

Processus d'identification:

- Le Surmoi acquiert de la force en intégrant les valeurs des parents.

- Les enfants gèrent les émotions menaçantes en les refoulant et en s'identifiant au parent rival

Mécanismes de défense selon Freud

La façon dont le Moi nous protège;
atténue l'anxiété en déformant la réalité

1. **Refoulement**: Bannit de la conscience les pensées et les sensations génératrices d'anxiété.
2. **Régression**: Retourner à un stade antérieur de développement, plus infantile.

Mécanismes de défense

3. **Formation réactionnelle**: Transforme les pulsions inacceptables en leurs contraires.
4. **Projection**: Déguise nos pulsions menaçantes en les attribuant aux autres.

Mécanismes de défense

5. **Rationalisation:** Trouver des autojustifications pour se cacher à nous-mêmes les raisons réelles de nos actions.
6. **Déplacement:** Détourne les pulsions sexuelles ou agressives vers un objet ou une personne plus acceptable.
7. **Déni de la réalité:** Rejette le fait ou sa gravité.

Les Néo-freudiens

- Acceptent les idées fondamentales de Freud

MAIS

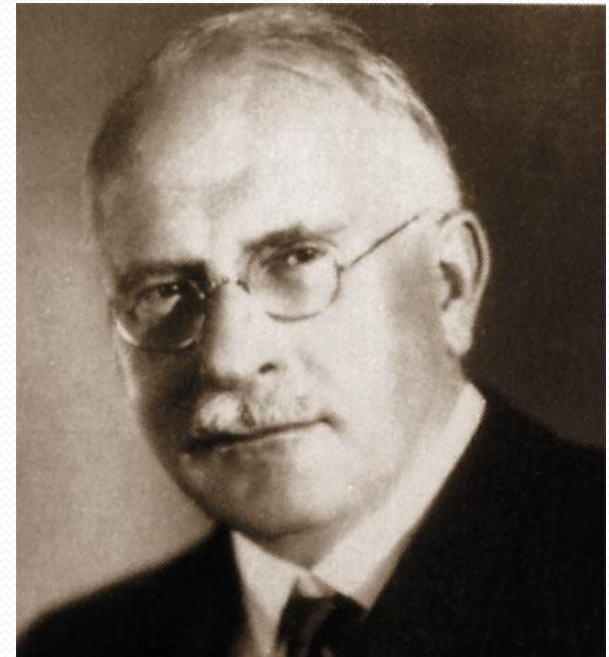
- Accordent plus d'importance au rôle conscient
- Insistent sur des motivations plus élevées et les interactions sociales

Les néo-freudiens :

Carl Jung

Jung croyait à l'existence d'un inconscient collectif

➤ Réservoir commun d'images provenant des expériences universelles de notre espèce.



Carl Jung (1875-1961)

Les néo-freudiens :

Alfred Adler

Comme Freud, Adler croyait dans les tensions de l'enfance.

➤ Par contre, pour Adler ces tensions sont sociales

Les enfants luttent contre le complexe d'infériorité durant la croissance et essaient d'aboutir au pouvoir et à la supériorité.



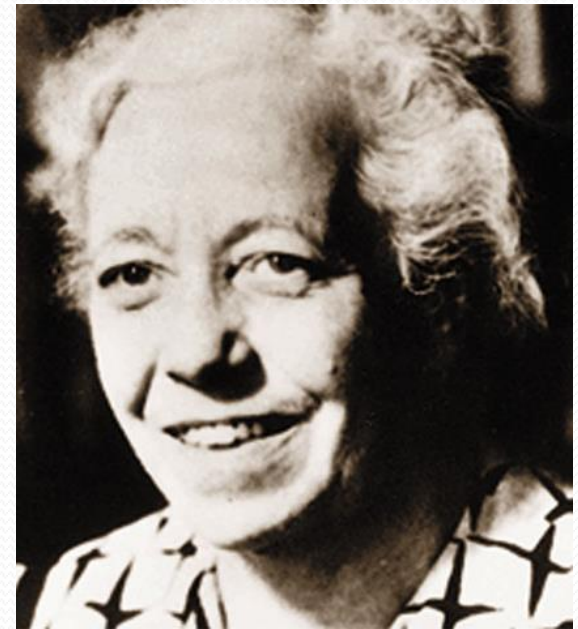
Alfred Adler (1870-1937)

Les néo-freudiens :

Karen Horney

Comme Adler, Horney croyait dans les aspects sociaux du développement de l'enfant.

- **S'opposait à l'hypothèse de Freud** selon laquelle les femmes ont un Surmoi faible et souffrent d'un "désir de pénis."



The Bettmann Archive/ Corbis

Karen Horney (1885-1952)

Évaluer l'inconscient

Les tests projectifs

- Stimuli ambigus
- Destinés à déclencher la projection de la dynamique interne de quelqu'un...



Évaluer l'inconscient

Thematic Apperception Test (TAT)

Développé par Henry Murray

- On présente des images ambiguës et les gens doivent reconstituer des histoires.
- Révèlent les intérêts et conflits internes



Évaluer l'inconscient

Test de taches d'encre de Rorschach

Introduit par Hermann Rorschach

- Le test projectif le plus utilisé
- Série de 10 taches d'encre
- Recherche à identifier les conflits et sentiments internes

Évaluer l'inconscient

Critiques des tests projectifs:

Manquent de **fiabilité** (résultats cohérents)

Manquent de **validité** (prédiction)

Évaluer la perspective psychanalytique: Les recherches modernes

1. La personnalité se développe tout au long de notre vie et ne se limite pas à l'enfance.
2. Freud a sous-estimé l'influence des pairs
3. L'identité sexuelle se développe avant l'âge de 5-6 ans.

Évaluer la perspective psychanalytique: Les recherches modernes

4. Les rêves ont des rôles autre que de satisfaire ce que l'on souhaiterait.
5. Les lapsus peuvent être dus à une compétition entre des choix verbaux similaires dans notre réseau mnésique.
6. Le refoulement sexuel a diminué, mais les troubles psychologiques n'ont pas diminués!

Évaluer la perspective psychanalytique: Le refoulement est-il un mythe?

➤ Nous épargnons parfois notre moi

MAIS



Évaluer la perspective psychanalytique: L'inconscient existe-t-il?

La recherche moderne démontre la réalité d'un
apprentissage implicite inconscient



Évaluer la perspective psychanalytique: L'inconscient existe-t-il ?(suite)

L'inconscient moderne comprend:

1. Des schémas qui contrôlent automatiquement nos perceptions et interprétations
2. Traitements parallèles de différents aspects de la vision et de la pensée
3. Mémoire implicite
4. Déclenchement de réponses émotionnelles instantanées qui précèdent l'analyse consciente

Évaluer la perspective psychanalytique: Les mécanismes de défenses existent-ils vraiment?

Certains mécanismes ont été observés par des recherches récentes

- **Projection** ou faux consensus
- **Formation réactionnelle**

Mais ... 

Évaluer la perspective psychanalytique

- La théorie de Freud est critiquée sur le plan scientifique
- La psychanalyse est peu susceptible d'être testée
- La majorité des concepts proviennent de pratique clinique; d'explications après-coup.

La perspective humaniste

Vers 1960, les psychologues étaient insatisfaits du caractère négatif de la théorie freudienne et de la psychologie mécaniste du behaviorisme.



<http://www.ship.edu>

Abraham Maslow
(1908-1970)



Carl Rogers
(1902-1987)

La perspective humaniste

Troisième force en psychologie

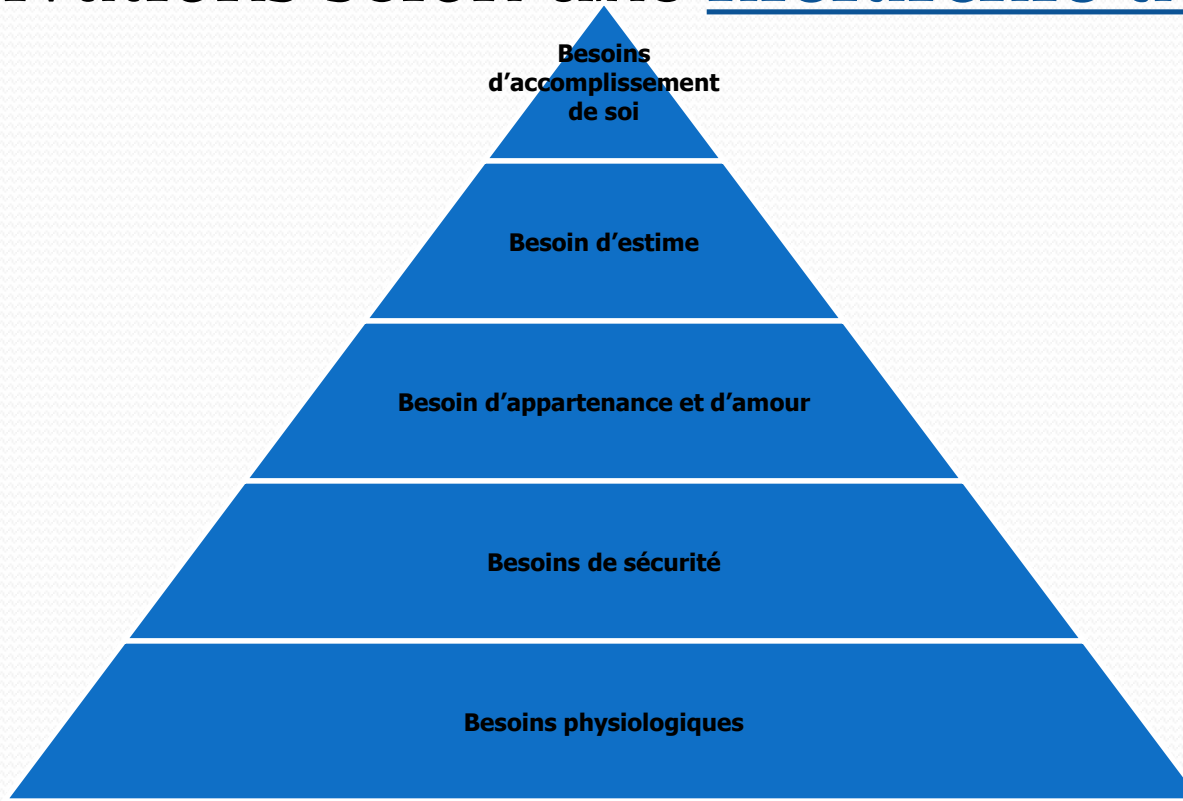
- S'intéressent aux gens en "bonne santé"
- Basée sur les expériences et sentiments rapportés par les gens eux-mêmes
- Potentiel humain

La perspective humaniste:

Abraham Maslow

Basé sur le développement personnel

Motivations selon une hiérarchie de besoins



La perspective humaniste: Carl Rogers

- Perspective centrée sur la personne
- Tendence vers l'actualisation de soi
- Besoin d'authenticité, d'acceptation et d'empathie

La considération positive inconditionnelle:

attitude qui nous apprécie
même en connaissant nos
échecs.



La perspective humaniste:

Évaluer le soi

Conception du soi: toutes les pensées et les sentiments que nous avons en réponse à la question « qui suis-je? »

Afin d'évaluer la personnalité, Rogers demandait aux gens de se décrire eux-mêmes:

- tel qu'ils auraient aimé être : soi idéal
- tel qu'ils sont réellement : soi réel 



Évaluer la perspective humaniste

1. Impact important (ex: éducation, psychologie populaire)
2. Concepts vagues et subjectifs
3. Trop d'importance à l'individualisme
4. Naïveté : pas assez réaliste

Évaluer la perspective humaniste

Répliques des humanistes à la critique:

1. L'égoïsme permet d'atteindre l'acceptation de soi donc augmente l'aptitude à aimer autrui...
2. Naïveté : leur conception encourage l'espoir...



La perspective dimensionnelle

Les traits de personnalité

Gordon Allport

- En réaction à Freud
- Définie la personnalité en terme de **modèles de comportements identifiables**

La perspective dimensionnelle

Les traits de personnalité

Identifie la **personnalité** en termes de:

- Modèles comportementaux stables,
- Caractéristiques et motivations conscientes (traits)

La perspective dimensionnelle

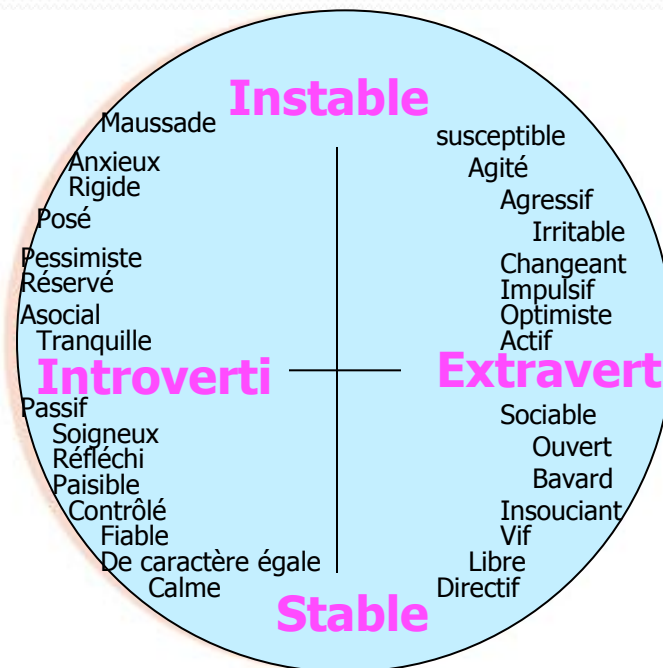
Explorer les traits de personnalité

L'analyse factorielle:

Technique statistique utilisée pour **réduire** un grand nombre de traits à quelques caractéristiques de base

La perspective dimensionnelle: Les dimensions de personnalité

Eysenck décrit la personnalité selon deux axes:
Extraversion-Introversion
Stabilité-Instabilité émotionnelle



La perspective dimensionnelle: Évaluer les traits de personnalité

Inventaires de personnalité:

- Questionnaires couvrant une vaste gamme de sentiments et de comportements
- Conçus pour évaluer plusieurs traits à la fois

La perspective dimensionnelle: Évaluer les traits de personnalité



MMPI : Minnesota Multiphasic Personality Inventory

- Inventaire le plus largement utilisé et exploré
- Questions choisies empiriquement
- Identifie les troubles émotionnels
 - ❖ Échelles cliniques
 - ❖ Échelles de mensonges

La perspective dimensionnelle: Le “Big Five”

D’après les chercheurs d’aujourd’hui, les dimensions d’Eysenck sont incomplètes. Un ensemble de cinq facteurs serait plus approprié.

Conscience

Amabilité

Neuroticisme

Ouverture d’esprit

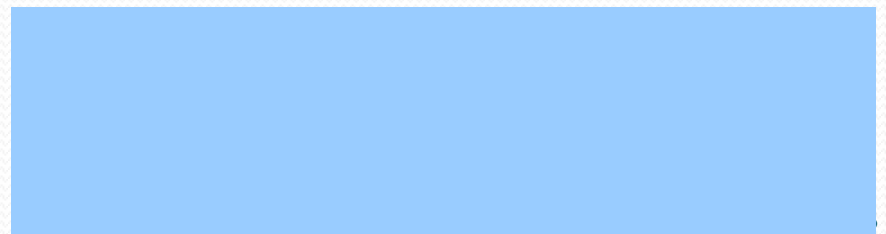
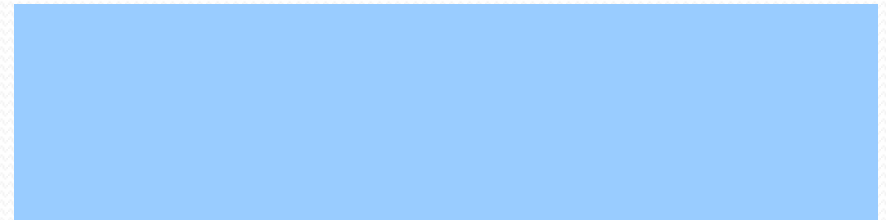
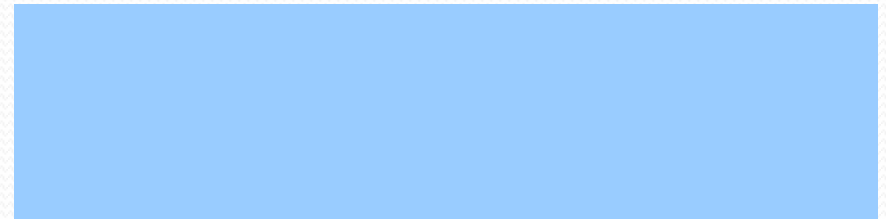
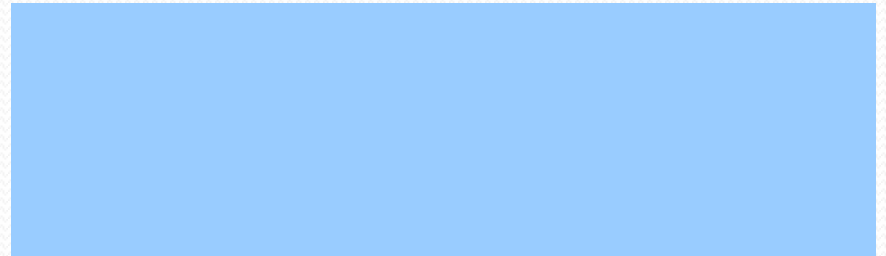
Extraversion

La perspective dimensionnelle:



Questions sur les traits

1. Les traits sont-ils stables?
2. Quelle est leur hérédabilité?
3. S'appliquent-ils à d'autres cultures?
4. Peuvent-ils prédire d'autres attributs personnels?



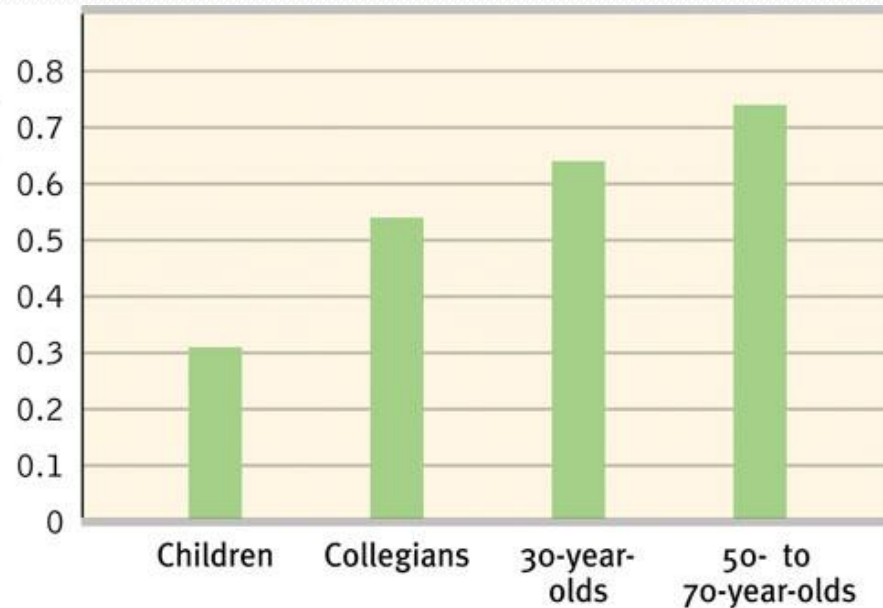
Évaluer la perspective dimensionnelle: Débat personne/situation

- Bien que les traits de personnalité peuvent être stables et puissants, le comportement dans différentes situations n'est pas constant
- Alors, les traits ne peuvent pas bien prédire le comportement...

Évaluer la perspective dimensionnelle: Débat personne/situation

MAIS le **comportement moyen** fait preuve de constance...

Corrélations des scores des traits de personnalité sur une période de 7 ans



Évaluer la perspective dimensionnelle: Débat personne/situation

Selon les études de Gosling et ses collègues, nos traits de personnalité se cachent même dans:

- Nos préférences musicales
- Notre site facebook
- Nos courriels!!

Évaluer la perspective dimensionnelle: Débat personne/situation

Constance de l'expressivité:

Notre expressivité reste constante et ce surtout dans des situations informelles

Il est difficile d'être ce que l'on est pas ou de ne pas être ce que l'on est!!

Perspective sociocognitiviste

Bandura : la personnalité est le résultat de l'interaction entre:

1. La personne (traits de personnalité, pensées, sentiments)
2. Le contexte social



Albert Bandura

Le déterminisme réciproque:

est ce processus d'interaction avec l'environnement

Perspective sociocognitiviste: Le déterminisme réciproque

C'est ce processus d'interaction entre la personne et l'environnement

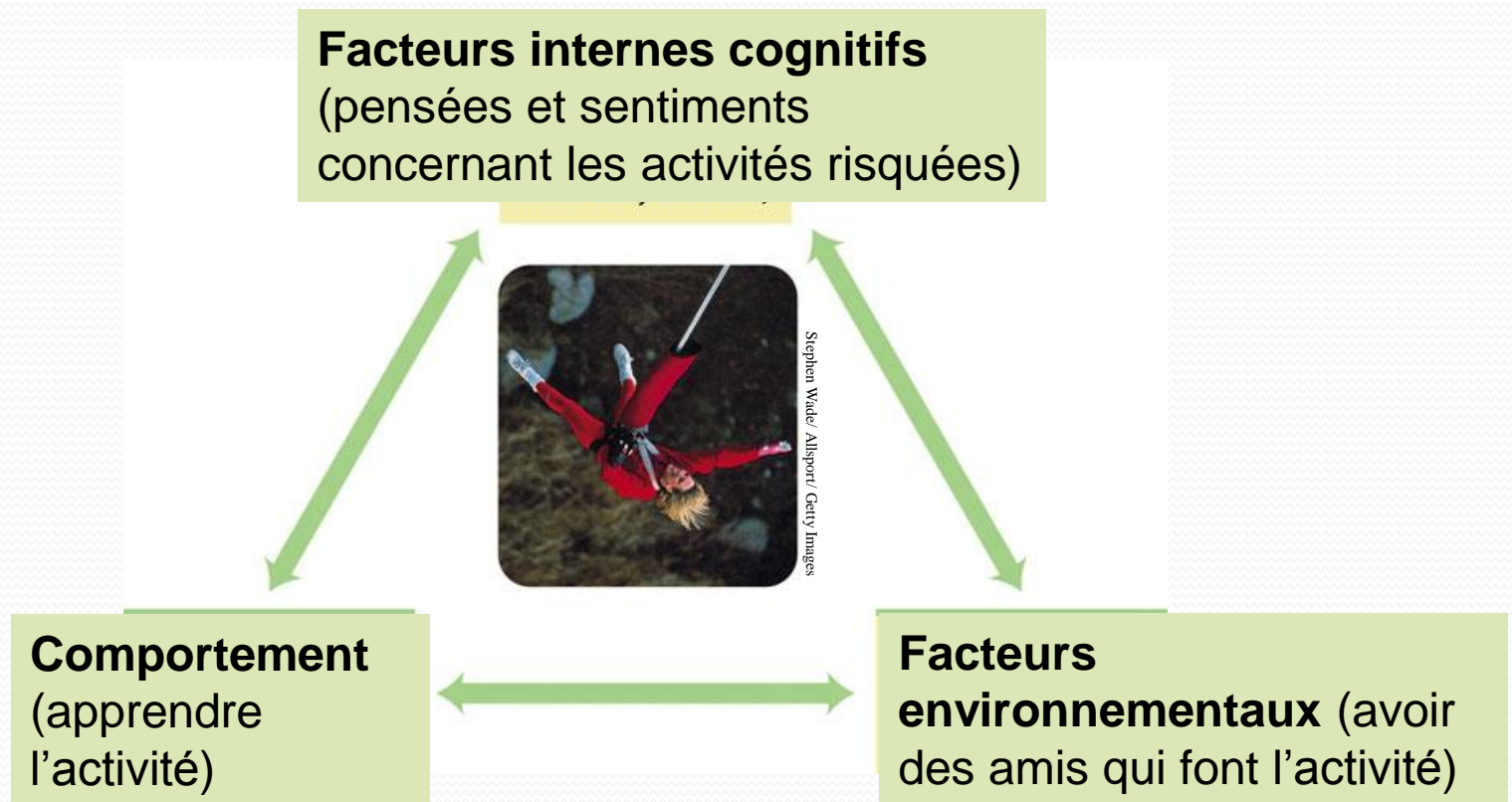
Les trois facteurs:

1. Comportement
2. Processus mentaux
3. Environnement

Agissent tous comme des facteurs déterminants **reliés** les uns aux autres.

Perspective sociocognitiviste

Le déterminisme réciproque



Perspective sociocognitiviste

Influences réciproques

Interactions spécifiques entre les individus et leur environnement

Des personnes différentes choisissent des environnements différents.



Nos personnalités modèlent la manière dont nous réagissons aux évènements.



Nos personnalités contribuent à créer des situations.



Perspective sociocognitiviste

Le contrôle personnel

Contrôle personnel: se considérer comme contrôlant ou contrôlé par notre environnement.

Lieu de contrôle externe: la chance ou les forces externes, hors de notre contrôle

Lieu de contrôle interne: nous pouvons contrôler notre propre destinée.

Perspective sociocognitiviste :

Contrôle personnel: **Impuissance acquise**

Apprendre à se résigner face à des évènements négatifs répétés qu'on ne peuvent pas éviter



Optimisme vs. Pessimisme

Différentes manifestations:

- **Prediction:** Aux extrêmes s'attendre au pire ou être trop confiant face au futur
- **Dirige notre attention:** Sur ce que nous avons (moitié plein) ou ce que nous n'avons pas (moitié vide)
- **Attribution des intentions:** Ils l'ont fait exprès ou non
- **Notre sentiment de valeur**
- **Possibilité de changement:** On ne peut rien y changer ou on garde espoir

Psychologie Positive

Martin Seligman

Psychologie positive:
“Étude scientifique du fonctionnement humain optimal”

Vise à:

- Identifier et miser sur nos forces, valeurs
- Augmenter notre bien-être émotionnel, résilience, optimisme





Perspective sociocognitiviste

Évaluer le comportement en situation

Les psychologues sociocognitivistes:

- Observent les personnes dans des situations **réalistes** et **simulés**
- Meilleure façon de prédire le comportement futur dans des situations similaires

Évaluer la perspective sociocognitiviste

Critiques:




Explorer le soi

De nos jours, l'étude de la personnalité accorde beaucoup d'importance au soi...

Le soi est le pivot de la personnalité

Concepts clés dans l'étude du soi:

1. Les possibles du soi : Le soi que l'on rêve de devenir et le soi que l'on a peur de devenir.
2. Effet « Spotlight »  : façon dont nous surévaluons que les autres nous remarquent et nous jugent

Explorer le soi:

Les bienfaits de l'estime de soi

Estime de soi: sentiment à propos de notre propre valeur

Selon **Maslow** et **Rogers**:

- Une bonne image de soi (estime de soi) mène à une vie réussie et donne des avantages

Explorer le soi:

Les bienfaits de l'estime de soi (suite)

1. En général la recherche soutient cette théorie
2. Mais... il se peut que l'estime de soi reflète la réalité et doit être utilisée comme une jauge

Explorer le soi:

Biais d'autosatisfaction

Tendance à nous percevoir favorablement

- Les gens acceptent plus facilement la responsabilité des bonnes actions plutôt que des mauvaises, et des succès plutôt que des échecs
- La plupart des gens se croient supérieurs à la moyenne

Explorer le soi:

Estime de soi défensive VS Assurée

Défensive:

- Fragile 

Assurée:

- Dépend moins des jugements extérieurs

