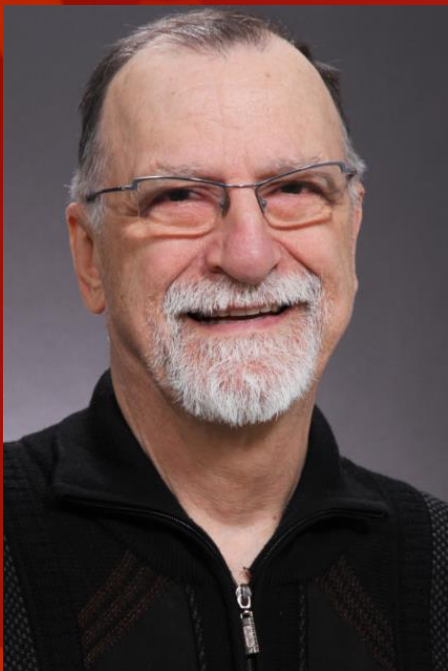




Série 2
Partie 4

La personnalité



Pierre Potvin

**Qui sommes-nous,
nous, les humains?**

À la recherche d'une meilleure
compréhension de notre humanité,
à la lumière des neurosciences.



LE 2^e ÉDITION
PREMIÈRE CHANCE



Tempérament (1)



Le tempérament a une base biologique et un trait inné. C'est la dimension affective, émotionnelle de la personnalité.

C'est la réactivité et l'intensité émotionnelle caractéristiques de chacun.

Le tempérament apparaît tôt et reste relativement stable avec le temps.



Tempérament (2)



Le tempérament influence le niveau d'activité, d'attention, d'anxiété, de timidité, d'irritabilité et d'adaptabilité aux situations nouvelles.

Précisons que chaque tendance de trait possède ses forces et ses aspects négatifs



Tempérament (3)

Voici quelques-unes des principales caractéristiques de traits de tempérament.

Le niveau d'activité soit la quantité d'activité et à la durée des périodes d'activité par rapport aux périodes d'inactivité.

Exemple : Certaines personnes ont beaucoup de difficulté à rester tranquilles alors que d'autres peuvent rester calmes pendant des heures.

L'approche de la nouveauté et l'adaptabilité concerne la prudence et l'intérêt de la personne face à la nouveauté, à de nouvelles expériences (alimentaires, sociales, vestimentaires ou de nouveaux lieux).

Exemple : certaines personnes sont fonceuses et réagissent avec enthousiasme à la nouveauté alors que d'autres sont plus prudentes et reculent devant la nouveauté.



Tempérament (4)

Sensibilité sensorielle comprend la réaction au niveau de la sensibilité aux différences de saveurs, de texture, de température, de sonorité.

Exemple : Certaines personnes seront fortement stimulées par le bruit, le toucher ou la lumière alors que d'autres le sont beaucoup moins.



Humeur et intensité de réaction aux émotions ont trait à la présence de comportements agréables, joyeux ou amicaux en contrepartie des comportements hostiles, des peurs plus fréquentes.

Exemple : Certaines personnes ont généralement l'air heureuses alors que d'autres sont facilement contrariés. Certaines personnes sont intenses lors d'émotion de joie ou de colère alors que d'autres sont plus modérées.



Personnalité (1)



La personnalité est en quelque sorte l'intégration de notre bagage génétique, de notre tempérament, de nos apprentissages, de nos motivations, de nos émotions, de nos valeurs et de nos croyances.

La personnalité est un concept psychologique caractérisé par une force interne qui détermine comment les individus vont se comporter.

Elle s'exprime autant dans les comportements, les pensées que dans les sentiments.

Le tempérament fait partie de la personnalité et se manifeste par l'humeur en général ou la qualité des réactions émotionnelles.



Personnalité (2)

Il existe un consensus international qui préconise que la personnalité normale soit formée de cinq grandes dimensions (théorie des Big Five)



Les cinq Grands facteurs ont été conçus pour dégager les traits de personnalité que les individus jugent les plus importants dans leur vie et seraient universels (indépendamment des cultures).



Personnalité (3)

Les termes le plus fréquemment utilisés pour identifier les cinq traits sont :

- *extraversion,*
- *névrosisme,*
- *agréabilité/amabilité,*
- *conscience ou esprit consciencieux,*
- *l'ouverture à l'expérience*

L'extraversion est la tendance à l'extériorisation, à l'action.

Exemple :

Certaines personnes démontrent de l'assurance en société et aime être en activité. Elles dégagent de la chaleur dans leurs relations.

D'autres sont plutôt réservée et plus en retrait et calme. Elles préfèrent travailler seule et sont peu démonstratives et distantes.



Personnalité (4)

L'agréabilité/l'amabilité concerne l'altruisme, la disposition à aider les autres, à être au service des autres.



Exemple :

Certaines personnes ont plutôt confiance en autrui et témoignent de la bienveillance, de la chaleur et de la sympathie dans leurs relations. Elles sont faciles à vivre, sensibles et cherchent l'harmonie.

D'autres personnes sont plutôt méfiantes et réservées.



Personnalité (5)

L'esprit consciencieux se manifeste par le besoin de réussite et de l'importance de s'impliquer dans le travail, l'honnêteté, la persévérance, etc.

Exemple :

Certaines personnes sont méticuleuses, soignées et font preuve d'une autodiscipline et du sens du devoir.

D'autres sont plutôt impulsives, négligentes, désorganisées, relâchée, etc.



Personnalité (6)

Le névrosisme se caractérise par les émotions négatives comme la mauvaise humeur, l'anxiété, la tendance dépressive, l'irritabilité et par l'instabilité émotionnelle.

Exemple :

Certaines personnes témoignent de l'inquiétude et ont tendance à l'hypocondrie. Elles sont plutôt timides, hostiles, colériques et vulnérables.

D'autres sont calmes et détendues, tranquilles et plutôt satisfaites. Elles résistent plus facilement au stress.



Personnalité (7)

L'ouverture à l'expérience s'exprime par la curiosité intellectuelle, l'imagination et le désir de vivre des expériences nouvelles.



Exemple :

Certaines personnes sont peu conformistes, ouvertes aux actions, aux idées et aux valeurs. Elles rejettent les règles et les traditions, aiment la variété, l'originalité.

D'autres sont plutôt conformiste, ayant un esprit d'analyse développé et sont pragmatiques et réalistes.



Personnalité (8)



Ces grands traits de personnalité sont issus des caractéristiques biologiques de la personne, de son héritage génétique, de son tempérament, mais l'environnement et particulièrement le milieu familial et les pratiques éducatives viendront accentuer ou diminuer ces tendances naturelles.



Fin de la partie 4

