

Facteurs en cause dans le développement d'une personne

Théorie et application

Pierre Potvin Ph.D. ps.éd

22-12-2024.



Introduction

Durant ma carrière universitaire, j'ai contribué à réaliser des recherches ayant pour but de prédire l'avenir scolaire de jeunes élèves à l'aide de deux études longitudinales d'une durée de plus de 10 ans chacune. Par des analyses statistiques avancées, on arrivait à identifier les prédicteurs du succès ou de l'échec de jeunes de la maternelle à la fin du secondaire ou encore du début du secondaire aux études universitaires.

En recherche on peut aussi faire l'inverse, soit des études rétrospectives. Partir d'un état actuel, exemple le succès ou l'échec au secondaire et remonter dans le temps jusqu'à la maternelle pour identifier les causes. On peut le faire pour des délinquants : Exemple, partir d'une carrière criminelle et remonter à l'enfance pour en identifier certaines causes.

Mon hypothèse c'est qu'il est possible d'identifier les principaux facteurs qui favorisent la construction ou l'architecture d'une personne.

Ma vision met à l'avant huit grands facteurs : l'environnement intérieur – l'organisme, la génétique et l'épigénétique, le style d'attachement parental, le climat familial, l'environnement scolaire, l'environnement culturel, les événements marquants et la personnalité. Mon hypothèse c'est que ces huit grands facteurs en interaction orientent les milliers de circuits neuronaux qui forment la base de la personne.

Partie 1. Théorie

Afin de bien comprendre la théorie qui supporte ma compréhension de *comment se développe une personne humaine*, il est important de bien définir les termes utilisés. C'est le but de cette partie théorique.

L'environnement intérieur – notre organisme

Avec l'évolution, les organismes ont été dotés progressivement d'organes de plus en plus complexes capables d'assurer les grandes fonctions d'alimentation, d'excrétion, de reproduction, de fuite devant les prédateurs¹. Le corps humain, comme c'est le cas de plusieurs autres animaux, est constitué de plusieurs de ces organes regroupés en *systèmes* qui participent au maintien en vie de l'organisme. Ces grands systèmes avec chacun leurs organes soient : le système digestif, respiratoire – circulatoire (ou cardio-respiratoire), nerveux, endocrinien, excréteur, reproducteur, locomoteur, squelettique et musculaire, urinaire, lymphatique, tégumentaire et immunitaire².

Nous sommes constitués d'un gigantesque réseau de coopération totale et permanente où chaque élément (cellules, organes, systèmes) de l'organisme assure son rôle propre tout en interagissant positivement avec l'ensemble. Ainsi, des millions d'informations sont décodées en permanence pour permettre le fonctionnement de ces milliers de composés chimiques et maintenir les conditions de fonctionnement optimum du corps humain³. Le système nerveux, avec le système endocrinien qui sécrète des hormones dans le sang, réagit aux stimuli et exécute des réponses qui permettent de maintenir l'équilibre dans le fonctionnement de notre organisme. C'est ce qu'on appelle *l'homéostasie*⁴. Fait à noter, les émotions font partie du processus d'homéostasie⁵.

La qualité de l'environnement intérieur – notre organisme biologique jouera un rôle fondamental. L'état de santé de notre organisme sera un facteur fondamental qui influencera et sera influencé par les autres environnements.

La génétique

Essentiellement la génétique est l'étude des gènes et de l'hérédité. C'est en quelque sorte l'étude de la transmission des caractères héréditaires chez les êtres vivants.⁶

¹ Basquiast, J-P. et Jacquemin, C. (2008). La conscience vue par les neurosciences. *Automate intelligent*.
<http://www.automatesintelligents.com/echanges/2008/dec/conscience.html>

² Québec Amérique (Q-A) (2012). *Le corps humain. Comprendre notre organisme et son fonctionnement*. Les Éditions Québec Amérique Inc.

³ Attia, C. *Le corps humain, une merveille de perfection et de précision* (2015)
http://www.bioenergetique.com/crbst_1.html

⁴ Marieb, E. N. (2008). *Biologie humaine*. 2^e édition, ERPI.

⁵ Damasio, A. R. (1999). *Le sentiment même de soi. Corps, émotions, conscience*. Éditions Odile Jacob, Sciences

⁶ La génétique (Google, 15-10-2024)

Dans le mot génétique, il y a le mot *gène*. Un *gène* est une portion d'ADN ⁷ qui contient l'information nécessaire pour la production d'une substance indispensable à la cellule ou à l'organisme tout entier. C'est un élément du chromosome qui est à l'origine des caractères héréditaires de chaque personne et constitue le support de leur transmission de génération en génération.⁸

« En tant qu'humains, nous avons environ **20 000 à 25 000 gènes** dans notre génome. Ces gènes sont codés dans notre ADN et contiennent les instructions nécessaires pour produire les protéines et d'autres molécules qui maintiennent les fonctions biologiques » ⁹.

« Au départ, tous les humains ont fondamentalement les mêmes gènes, ce qui constitue notre patrimoine génétique commun. C'est ce qu'on appelle *les similitudes*. Cela signifie que l'ensemble des gènes nécessaires pour construire un humain est partagé par tous. Cependant il existe des *différences individuelles* sous forme de *variations génétiques* » ¹⁰. Ces variations génétiques influencent les caractéristiques individuelles qu'on retrouve dans le patrimoine génétique de chaque individu.

On ne peut parler de gène ou de génétique sans aborder ce qui a révolutionné l'étude de la génétique des dernières décennies, à savoir *l'épigénétique* qui porte sur l'étude des changements héréditaires causés par l'activation et la désactivation des gènes. L'épigénétique décrit l'ensemble des mécanismes ayant lieu au niveau des gènes et qui peuvent être influencés par l'environnement et l'histoire individuelle ainsi qu'être potentiellement transmissibles d'une génération à l'autre.¹¹

⁷ L'ADN (Acide Désoxyribonucléique) : est le porteur chimique de messages. Substance chimique qui contient, sous forme codée, de nombreuses informations nécessaires au fonctionnement des cellules d'un être vivant.) De Panafieu. J-B. (2008). *L'aventure de la vie*. Voir les sciences. BBC, Fleurus.

⁸ Dictionnaire Antidote. Logiciel. Dans Potvin, P. (2023) *Humain. À la découverte de qui nous sommes*. KDP Amazon.ca. (p. 246).

⁹ Chat GPS. La question : Combien de gènes nous avons comme humain? avons-nous tous exactement les mêmes gènes et ce qui fait la différence individuelle n'est seulement l'épigénétique? (22-12-2024)

¹⁰ Chat GPS. Même question que (9)

¹¹ *Science & Univers*. No. 3 Génétique et épigénétique, Juillet 2019 et Valérie Urman (collectif). *La révolution épigénétique*. Albin Michel.

Le patrimoine génétique

Le patrimoine génétique « désigne l'ensemble des gènes et des informations génétiques présents dans une cellule, un organisme ou une population. Chez un individu, le patrimoine génétique est constitué de tout son ADN (Acide Désoxyribonucléique), organisé en chromosomes, qui porte les instructions nécessaires au développement, au fonctionnement et à la reproduction. Il détermine :

- Les caractéristiques physiques,
- Les prédispositions à certaines maladies et
- Les traits comportementaux et physiologiques.
- Au niveau collectif, il correspond à la diversité génétique d'une population

Le patrimoine génétique compose avec l'environnement et dépend alors de multiples facteurs d'influence.

Pour terminer, abordons le terme *hérédité* qui se définit comme le processus génétique par lequel les organismes vivants transmettent leurs caractéristiques à leurs descendants¹².

Précisons que notre héritage du patrimoine génétique humain est issu de la longue évolution de notre espèce. Les caractéristiques qui se transmettent d'une génération à une autre se nomment *hérédité*¹³.

À la base de tout être humain, il y a le développement de la personnalité qui sera en partie construit par l'héritage du potentiel génétique (surtout le tempérament) et en partie par l'environnement et l'action de *l'épigénétique* qui lui va favoriser ou défavoriser l'expression des gènes dans ce potentiel génétique.

Le noyau dur de mon modèle théorique sera l'importance de la génétique et de l'épigénétique complété par l'influence des environnements de l'individu que sont : le style d'attachement parental, le climat familial, l'environnement scolaire, l'environnement culturel, les événements marquants et la personnalité sur l'épigénétique.

¹² Edelman, G. M. (2008). *Biologie de la conscience*. Éditions Odile Jacob

¹³ Potvin, P. (2023). *Humain. À la découverte de qui nous sommes*. KDP Amazon.ca. (p.92)

L'environnement familial, le style éducatif des parents et le type d'attachement

C'est au départ dans l'environnement familial que l'épigénétique va entrer en action, et ce, dès la conception de l'enfant. La famille est l'un des systèmes de l'environnement qui influence le plus le développement de la personne.

Ce qui est tout particulièrement transmis par la famille, ce sont les valeurs. C'est ainsi, qu'au sein de la famille les enfants et adolescents y développent leur éducation, y apprennent les règles de conduite acceptées par la culture de la société où ils vivent^{14, 15}.

Un des éléments importants qui fait partie de l'environnement familial c'est *le style éducatif des parents*. Le style parental constitue le climat émotionnel dans lequel évoluent les relations parents enfants ou parents adolescents. Il existe quatre types de styles éducatifs parentaux : le style autoritaire (punitif, contrôlant et disciplinaire), le style permissif (supervisant peu, tolérant et peu structuré), le style désengagé et le style démocratique (valorisant et encourageant l'autonomie)¹⁶.

Dans les faits, la plupart des parents adoptent des comportements de plusieurs styles différents, tantôt plus stricts, tantôt plus permissifs, tantôt très présents, tantôt plus effacés, cependant il y a habituellement un style éducatif prédominant.

Un autre aspect de l'environnement familial qui de loin influence la personnalité de l'enfant et de l'adolescent est *le type d'attachement*.

La théorie de l'attachement renvoie au lien émotionnel entre l'enfant et la principale personne qui s'occupe de lui (habituellement la mère). La réaction de la mère à l'enfant est fondamentale. La façon dont elle réagit aux demandes de l'enfant (à ses besoins, à ses messages) revêt une très grande importance, car c'est dans ce contexte relationnel qu'il apprend jusqu'à quel point il peut compter sur elle pour le consolider et assurer sa sécurité.

¹⁴ Rezsóhazy, R. (2006). *Sociologie des valeurs*. Armand Colin.

¹⁵ *Valeurs* <http://valeurs.universelles.free.fr/index.html>

¹⁶ Pour le lecteur intéressé à en connaître plus sur les différents styles éducatifs parentaux, voir Potvin, P. (2015). *Comprendre l'apprentissage pour mieux éduquer. Une approche psychoéducative*. Collection Psychoéducation : fondements et pratiques. Béliveau éditeur.

Le type de relation d'attachement sera influencé par le tempérament de l'enfant et par ses traits de personnalité en développement. De son côté, cette relation orientera les traits de personnalité. C'est un processus d'interaction (bidirectionnelle). L'enfant influence la réaction de la mère et celle-ci influence à son tour l'enfant.

D'une façon générale, on s'entend sur le fait qu'il existe quatre types de relation d'attachement. Le premier étant le meilleur type pour le développement de l'enfant, soit : Type 1 : La relation sécurisante, Type 2 : La relation d'évitement, Type 3 : La relation ambivalente, Type 4 : La relation désorganisée.¹⁷

L'environnement scolaire

L'école est l'un des lieux importants de transmission entre les générations des acquis de la société. C'est par le biais de ses activités de formation, qu'elle crée un environnement dans lequel l'élève intègre la culture de son milieu et prend sa compréhension du monde et du sens à donner à sa vie¹⁸.

L'école revêt une grande importance dans la vie du jeune, ne serait-ce que par le temps d'exposition à une éducation hors de la famille. L'éducation familiale (les valeurs, la culture, la formation, la socialisation) sera alors complétée ou contrée par les multiples influences issues de l'environnement scolaire (valeurs véhiculées, socialisation, modèles de comportement, influences des pairs et des adultes, etc.). Cette expérience scolaire façonnera la personnalité de chaque enfant et de chaque adolescent.

L'environnement du milieu socioéconomique

Le milieu dans lequel nous vivons joue un rôle de premier plan en favorisant ou en défavorisant l'expression du potentiel du bagage génétique dont on a hérité. Plus particulièrement, l'environnement socioéconomique contribue positivement ou négativement au développement des personnes.

Deux grandes orientations s'observent concernant l'environnement dans lequel se développent les personnes. Ainsi, habituellement les *biens nantis* (classe aisée)

¹⁷ Pour en savoir plus sur les types de relation d'attachement voir Marc Pistorio (2015). *Dis-moi qui tu aimes, je te dirai qui tu es. De l'attachement insécurisant à l'attachement amoureux sécurisant*. Édito.

¹⁸ Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS). (2006). Programme de formation de l'école québécoise. Éducation préscolaire et enseignement primaire. Québec, QC, Gouvernement du Québec.
Repéré à : <http://www1.mels.gouv.qc.ca/sections/programmeFormation/pdf/prform2001.pdf>

profitent de ce qu'on appelle le *Cercle vertueux* ou ce que Staats¹⁹ nomme *la spirale ascendante* qui se définit comme un processus dynamique, où des événements positifs entraînent des conséquences positives qui à leur tour favorisent la présence d'autres événements positifs accompagnés de conséquences positives.

Le principe est le suivant : plus une personne vit dans un environnement qui favorise le vécu « d'événements positifs » et plus il y a de chances que de nouvelles situations positives se reproduisent pour elle. Au contraire, habituellement les personnes en *milieux défavorisés*, les *pauvres* subissent ce qu'on appelle le *Cercle vicieux* ou ce que Staats nomme *la spirale descendante* qui est un processus négatif d'effets et de conséquences provoqué les uns par les autres. Le principe contraire au milieu aisé s'applique : plus la personne vit dans un environnement où le risque de vivre des événements difficiles est élevé, plus il y a de chance que de futures difficultés se produisent²⁰. Ces répercussions positives ou négatives touchent la santé physique et psychologique, l'éducation, l'emploi, la justice, le climat social et les milieux de vie²¹.

Il est reconnu que les tendances actuelles avec le néolibéralisme, les structures du contexte social actuel « contribuent à enrichir les uns et à appauvrir les autres (...) plutôt qu'en arriver à une société plus équitable et plus juste »²².

Le milieu socioéconomique peut se caractériser, entre autres, par la qualité du logement, l'accès à une alimentation saine, à des adultes bienveillants, stimulants et protecteurs, à une éducation scolaire de qualité, à un environnement social et récréatif offrant le soutien nécessaire à un sain développement de la personne²³.

¹⁹ Staats, A.W. (1975). *Social behaviorism*. The Dorsey Press. Traduction en français par Aimée Leduc : Staats, A.W. (1986). *Behaviorisme social*. Éditions Behaviora Inc.

²⁰ Raynald Horth parle des personnes ayant des conditions de vie incapacitantes (chômage, pauvreté, marginalité, etc.). Propos recueilli lors de la critique du texte.

²¹ Centraide Québec (2000). *Une société qui se tire dans le pied*. Document de réflexion sur la pauvreté.

²² Lévesque, J et Panet-Raymond, J. (1994). L'évolution et la pertinence de l'approche structurelle dans le contexte social actuel. *Revue Service social*. Volume 43, numéro 3, 1994, p. 23–39. Diffusion numérique : 12 avril 2005

²³ Bouchard, C. (2015). *Préface* dans Vinet, J. et Filion, D. (2015). *Pauvreté et problèmes sociaux*. Fides éducation.

Cet environnement comprend des *conditions économiques* qui font référence aux biens et aux commodités de la vie quotidienne, au revenu familial ou au rapport à l'emploi qui a un lien étroit avec la scolarité des parents. Cet environnement comprend des *conditions sociales* qui sont fondées sur l'appartenance à un réseau social, c'est-à-dire aux relations entre les individus dans la famille, entre les collègues au travail et à la place qu'occupent les individus dans la communauté.

L'environnement culturel

La culture est un aspect de l'environnement qui influence les individus et les collectivités par ses valeurs collectives, sa morale, ses normes, ses croyances. Dortier²⁴ définit la culture comme l'ensemble des mœurs, de l'éducation, des valeurs, d'une collectivité. D'autres auteurs²⁵ avancent que la culture est un ensemble d'idées, de coutumes et de comportements que partage un peuple ou une société donnée.

Rocher²⁶ s'inspirant de l'anthropologue E. B. Tylor (1871) définit la culture comme un ensemble de manières de penser, de sentir et d'agir plus ou moins formalisée qui, étant apprises et partagées par une pluralité de personnes, servent, d'une manière à la fois objective et symbolique, à constituer ces personnes en une collectivité particulière et distincte.

La culture oriente la manière de vivre des personnes en offrant des modèles et suggérant des valeurs et des symboles. Les normes et les valeurs culturelles apprises et partagées contribuent à former une collectivité particulière qu'il est possible de reconnaître et de distinguer des autres collectivités. La culture inclut aussi les idées, les pensées, les différentes façons d'exprimer les sentiments ainsi que les règles qui régissent les actions. De plus, la culture formalise les lois, les formules rituelles, les cérémonies et touche également les sciences et la technologie. La culture apparaît donc comme l'univers mental, moral et symbolique, commun à une pluralité de personnes.

²⁴ Dortier, J-F. (2004). *L'homme cet étrange animal... Aux origines du langage, de la culture et de la pensée*. Éditions Sciences Humaines

²⁵ Bonheur <https://fr.wikipedia.org/wiki/Bonheur> (Chapitre 17. Le bonheur)

²⁶ Rocher, G. (1992). *Introduction à la sociologie générale*. Chapitre IV, *Culture, civilisation et idéologie*. 3^e édition. Éditions Hurtubise HMH.

Un exemple qui peut apporter des changements sur la culture est présenté par Lévesque et Panet-Raymond²⁷ avec le mouvement migratoire des populations. « Le déplacement des populations crée des interactions entre les cultures, les croyances et les coutumes. Les valeurs traditionnelles sont bousculées et les façons de faire sont remises en question. Cela conduit à des tensions et à de la violence dans les rapports sociaux entre individus et entre collectivités qui manifestent leurs différences de classe, de race, d'ethnie, d'âge, de religion, de sexe, d'orientation sexuelle, de statut physique, de statut familial, etc. »

La personnalité

La personnalité représente les caractéristiques de la personne auxquelles renvoie sa manière habituelle de sentir, de penser et de se comporter.²⁸

Voici comment trois auteurs à l'origine du développement des théories de la personnalité définissent ce concept. Pour Allport²⁹ la personnalité est l'organisation dynamique, au sein de l'individu, de systèmes psychophysiques qui déterminent son comportement caractéristique et ses pensées. De son côté, Eysenck³⁰, présente la personnalité comme l'organisation plus ou moins ferme et durable du caractère, du tempérament, de l'intelligence et des bases biologiques de la personne. Cette organisation détermine son adaptation unique au milieu. Enfin, Cattell³¹ voit la personnalité comme ce qui permet une prédiction de ce que va faire une personne dans une situation donnée.

Ledoux³² décrit bien le rôle de la génétique dans le développement de la personnalité. Selon lui, l'enfant issu de parents, eux-mêmes issus d'une histoire génétique particulière, hérite d'un bagage génétique qui donne au cerveau des capacités uniques et oriente la manière spécifique dont s'exprimeront les caractéristiques mentales et

²⁷ Lévesque, J et Panet-Raymond, J. (1994). L'évolution et la pertinence de l'approche structurelle dans le contexte social actuel. *Revue Service social*. Volume 43, numéro 3, 1994, p. 23–39. Diffusion numérique : 12 avril 2005

²⁸ Pervin, L. A. et John, O. P. (2005). *La personnalité de la théorie à la recherche*. De boeck.

²⁹ Allport, G. (1937). *Personality : A psychological interpretation*. New York : Holt, cité par Hansenne, (2013)

³⁰ Eysenck, H. J. (1953). *The structure og human personality*. New York : Wiley, cité par Hansenne, M (2013). *Psychologie de la personnalité*. 4^e édition. De Bpeck.

³¹ Cattell, R. B. (1957). *Personality and Motivation Structure and Measurement*. New York : World Book.

³² Ledoux, J. (2003). *Neurobiologie de la personnalité*. Odile Jacob.

comportementales de notre espèce. Ainsi, les facteurs génétiques vont influencer une variété de traits individuels de la personnalité.

Cet auteur ajoute un autre aspect très important dans le développement de la personnalité, à savoir l'apprentissage. L'apprentissage et la mémoire jouent un rôle majeur dans la formation d'une personnalité cohérente dans le temps. L'apprentissage permet de transcender nos gènes. Ceux-ci peuvent orienter notre manière d'agir, cependant les systèmes en grande partie responsables de ce que nous faisons et de la manière dont nous agissons sont modelés par l'apprentissage. En fait, l'expérience de la vie sous forme d'apprentissage et de la mémoire va influencer l'expression du génotype³³.

Les événements marquants

Il est impensable que, dans une vie, ne se produisent pas des événements qui nous marquent soit positivement, soit négativement. Ils peuvent réorienter notre parcours de vie en nous stimulant, en nous motivant à poursuivre dans une direction donnée ou, au contraire, en nous contraignant, en nous freinant, en nous démobilisant.

Voici quelques exemples d'événements marquants :

Le couple et la famille. Les tensions dans le couple, la séparation, le divorce, la naissance d'un enfant ; la famille reconstituée ; les déménagements, un nouveau milieu, une nouvelle résidence

Les études. Les choix d'orientation, les périodes de stress durant les travaux et les examens.

La santé. Les problèmes de santé, les blessures graves, les problèmes de sommeil.

La carrière. Le défi du choix de carrière, les événements de stress au travail, un nouvel emploi ou la perte de son emploi.

³³ Ledoux, J. (2003). *Neurobiologie de la personnalité*. Odile Jacob..

Courte synthèse de la théorie

Dans mon modèle théorique, j'ai expliqué comment les environnements prennent une place très importante dans le développement des personnes. La qualité de cet environnement pourra faire toute la différence.

Au départ, j'ai tenu compte de l'aspect biologique de notre organisme (l'environnement intérieur) qui s'actualise dans la transmission du potentiel génétique à un individu par l'hérédité. J'ai insisté sur le rôle de *l'épigénétique* qui lui va favoriser ou défavoriser l'expression des gènes dans ce potentiel génétique.

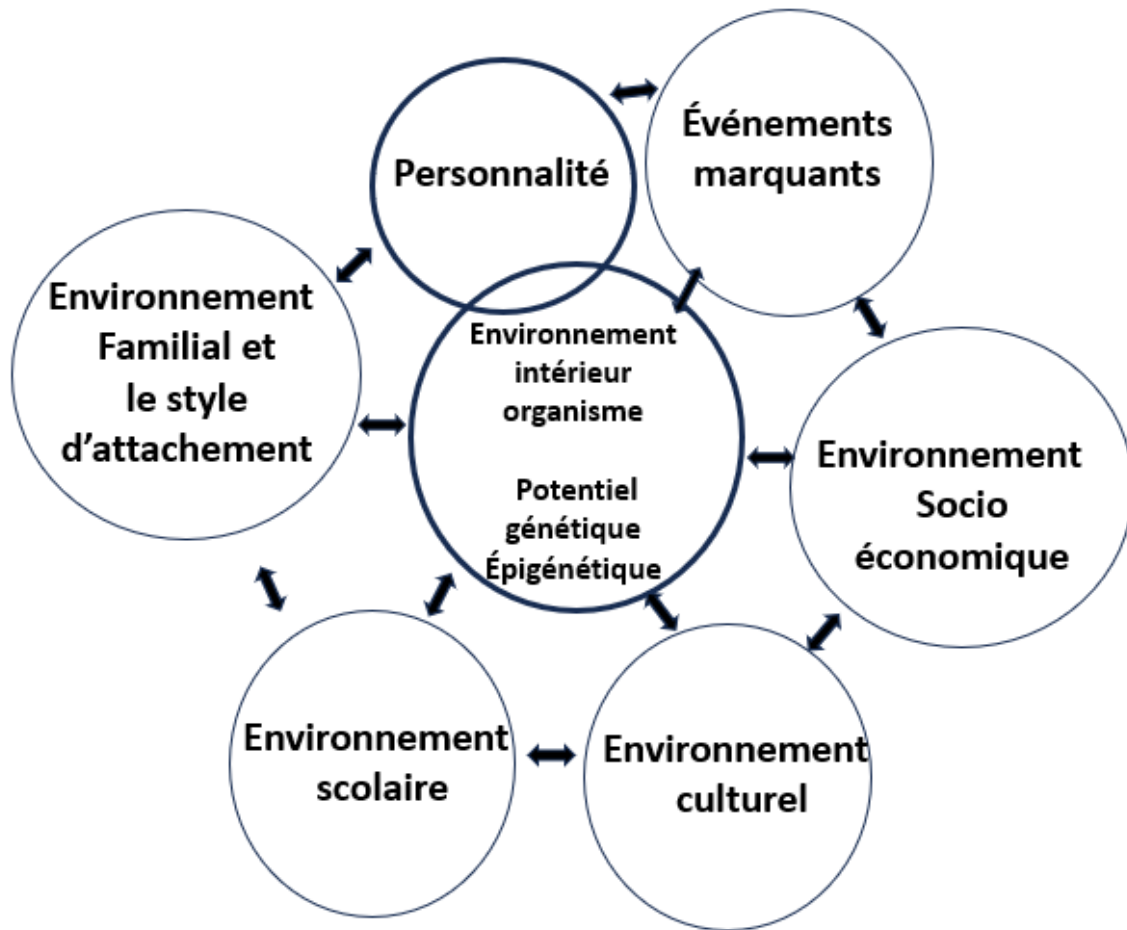
J'ai mentionné également que chaque individu développe une personnalité qui se caractérise par la façon de se sentir, de penser et de se comporter. Celle-ci sera à son tour influencé par le potentiel génétique hérité et actualisé par l'épigénétique.

La qualité des environnements de la personne, que sont : l'environnement familial, le style éducatif des parents, le type d'attachement, l'environnement scolaire, l'environnement socioéconomique et culturel viendront à leur tour influencer le potentiel génétique hérité qu'actualisera ou non l'épigénétique³⁴.

Enfin, les événements marquants impliquant la personne ou la société dans laquelle il vit fera partie des différents environnements mentionnés plus haut.

³⁴ Claude Pelletier dans ses commentaires apporte une façon de voir intéressante. Il la formule par : $M+A=D$, soit Maturation + Apprentissage = Développement. C'est évident selon lui, que sans Maturation, malgré un milieu stimulant...il n'y aura pas de développement (re. Déficience intellectuelle)
C'est évident également que sans apprentissage, malgré un milieu neuronal riche...il n'y aura pas de développement (re. Enfant fortement négligé...). Ici il faut voir le processus de maturation comme l'action génétique et épigénétique et l'apprentissage comme les degrés de stimulation venant des environnements.

Figure 1. Représentation graphique de la théorie



Partie 2. Illustration par deux exemples

Dans cette deuxième partie, je vais illustrer le modèle théorique en présentant deux cas types. Le premier s'inspire de mon histoire de vie alors que le deuxième est fictif en me référant à un ami d'enfance.

Cas issu d'une histoire vraie



Le potentiel génétique provenant des parents

Il n'est pas simple d'identifier le potentiel génétique transmis par mes deux parents. On s'accorde aujourd'hui pour dire que c'est tout un défi que de pouvoir séparer l'innée de l'acquis.

Pour moi, la façon d'y arriver c'est d'observer les qualités et les vulnérabilités de mes parents que je reconnais chez moi en supposant qu'elles proviennent d'eux.

Ainsi, du côté de *mon père* je remarque des qualités particulières comme l'intelligence pour les études, il écrit aussi bien en français qu'en anglais, il est créatif, perfectionniste, il est très habile pour le bricolage. Pour ce qui est des vulnérabilités je me réfère à son diagnostic de neurasthénie³⁵ ce qu'on appelle aujourd'hui le syndrome de fatigue chronique, avec sa mauvaise humeur et sa violence verbale envers ma mère.

Ma mère, malgré les grandes tensions dans le couple, la pauvreté de la famille et les effets du stress sur sa santé, elle est vivante, dynamique, hyper bien organisée et aime la compagnie des autres. Elle est devenue le pilier de la famille à la maison. Ses principales forces sont sa résilience, son sens de l'organisation et de la débrouillardise, son sens de responsabilité, son engagement, son humour et l'amour

³⁵ La neurasthénie est un syndrome qui associe des troubles fonctionnels (physiques) (maux de tête, troubles digestifs et cardio-vasculaires, insomnies, névralgie) liés à des troubles psychiques (anxiété, irritabilité, tristesse, angoisse). C'est une forme d'épuisement nerveux (névrosisme) qui conduit à une perte de joie de vivre et à de la *dépression*.

pour ses trois enfants. Ses vulnérabilités sont dues au stress, avec l'anxiété et des tendances à être hypocondriaque.

Mise à part la neurasthénie de mon père, je me reconnais à la fois dans les forces et les vulnérabilités de mes parents. Je suis bien conscient que ce que je nomme potentiel génétique est fragile, car il peut être aussi bien teinté par le processus d'acquisition, d'apprentissage par observation.

L'environnement familial,

Nous sommes une famille pauvre, bénéficiant de l'assistance sociale et inscrite sur la liste des familles pauvres de la paroisse, mais grâce aux initiatives de ma mère, nous avons tout de même une réponse à nos besoins de base : nous mangeons à notre faim, nous sommes habillés correctement, et l'hiver nous ne souffrons pas de froid à la maison.

Le climat familial

La famille est composée d'une mère hyper responsable et d'un père envahi par ses problèmes de santé physique et mentale. Malgré le dysfonctionnement dû à la maladie et à la pauvreté, ma mère réussit à créer un climat qui favorise notre développement personnel.

Malheureusement mes modèles parentaux du couple sont ceux de la discorde. Ils n'offrent pas l'exemple positif de l'expression d'amour et d'amitié. Encore moins la façon de résoudre pacifiquement les conflits. Par contre, les règles sont claires, l'importance de l'engagement, de l'effort et de la persévérance sont des valeurs bien présentes. Surtout véhiculés par ma mère.

La violence conjugale, surtout verbale envers ma mère de la part de mon père est bien présente dans la famille, mais il n'y a pas de violence envers nous les enfants. Mon père critique énormément ma mère, la traite de tous les noms dégradants et en arrive parfois aux coups physiques (claques au visage, bataille). Ma mère y répond elle aussi en se défendant.

Le style éducatif des parents

Je reconnais du côté de mon père le style autoritaire pour le peu de fois où il intervient. Pour ma mère c'est un mélange puisé dans deux types de styles, soit le style démocratique et le style autoritaire.

Le type d'attachement

Mon père dégage de la peur. Pour ce qui est de ma mère, elle établit une relation d'attachement très forte, parfois de surprotection, d'autre fois sécurisante, mais aussi d'ambivalence.

L'environnement scolaire,

La moitié du programme guidant les sept années du primaire est consacré à l'enseignement religieux. L'éducation se déroule dans un climat de sévérité. Les « malcommodes » goûtent aux coups de *stap* sur les mains.

Mes premières années scolaires au primaire sont pénibles, douloureuses et catastrophiques. Je suis un élève en grande difficulté. Je fais partie de ceux qu'on dit aujourd'hui qu'ils sont *à risque*.

Cela se manifeste par des échecs répétés et deux redoublements, le tout accompagné de sentiments de honte et d'humiliation. Au primaire, ma santé est fragile et je suis anxieux, ce qui m'amène à m'absenter régulièrement de l'école. Évidemment, s'absenter de l'école nuit aux apprentissages. Finalement, l'école me rend malade.

La deuxième étape a lieu au secondaire avec un vécu complètement différent construit autour des réussites, de la valorisation et du sentiment de compétence et de fierté.

L'environnement socioéconomique et culturel

L'Église et son clergé sont omniprésents en éducation et en santé. La religion laisse certaines marques positives, comme l'importance d'aider les plus démunis, mais aussi des éléments négatifs, comme sa vision négative de la sexualité, sa misogynie à l'égard des femmes.

La ville de Verdun où je vis possède une remarquable infrastructure de loisirs et de sports³⁶ dont la gymnastique olympique y est particulièrement organisée et valorisée. C'est pour moi une planche de salut.

Verdun est majoritairement francophone, mais envahi et dominé par la culture anglaise qui est bien outillée pour nous haïr. Le quartier où je vis est entouré de familles canadiennes-françaises riches qui vivent dans de grandes maisons unifamiliales, habitées majoritairement par des professionnels : notaires, juges, dentistes, propriétaires de commerces. Très tôt, ce contraste avec notre famille fait naître chez moi un sentiment de manque, d'humiliation, de honte et de tristesse. Je découvre l'écart entre les riches et les pauvres.

Le développement de ma personnalité issue de mes environnements

Dans ma relation d'attachement avec ma mère, enfant, j'ai tendance à être en symbiose avec elle. Je suis facilement envahi par ses états d'âme qui me pénètrent. Je vis alors ses peurs, ses anxiétés, ce qui m'amène à somatiser.

Parmi mes *forces*, à savoir mes facteurs de protection, je suis un enfant très actif, à la limite de l'hyperactivité. J'aime beaucoup jouer à l'extérieur avec mes amis. Dans le jeu, je suis totalement engagé, parfois beaucoup trop. J'excelle aussi en gymnastique de compétition, ce qui devient un important facteur de protection pour moi.

Mon vécu familial fait naître en moi une force psychologique souterraine et une énergie exceptionnelle qui me poussent à vouloir « survivre » à réussir, à rebondir suite à l'épreuve, à devenir résilient. Surtout ne pas vivre ce que mon père avait vécu.

Plusieurs grandes forces de ma mère m'influencent tout au cours de ma vie, comme bien gérer le temps et être très productif avec peu, savoir travailler fort et persévérer, être sociable, avoir de l'humour. De mon père je retiens ses compétences manuelles, son amour caché pour ses enfants.

Quant à mes *vulnérabilités*, à l'image de ma mère, j'ai des tendances au névrosisme, aux peurs, à l'anxiété, à l'hypocondrie. La violence conjugale crée et nourrit cette peur et alimente une tendance à l'hypervigilance. Enfin, la relation d'attachement

³⁶ Cette importance du sport est l'héritage de la culture britannique véhiculée par la communauté anglophone.

parfois ambivalente de ma mère nourrit mon insécurité. De sentir aussi que je dois jouer le rôle de sauveur (enfant pansement) nuit à mon développement.

Pour ce qui est de mon père, une *peur* me domine, celle de devenir malade et dysfonctionnel comme lui et vivre le rejet de mon entourage. Cette peur nourrit ma motivation à être hyper productif, mais aussi de m'assurer que je réponds bien à la norme sociale.

Mon développement personnel est influencé par une interaction et une oscillation entre mes forces et mes vulnérabilités. Mes forces et certains aspects positifs de mes vulnérabilités, de même que la très grande motivation à réussir prennent le dessus sur les aspects négatifs et favorisent le développement de ma résilience qui me servira tout au long de ma vie.

Quelques autres événements marquants et leurs conséquences sur mon développement

Mon père. Un jour, je confronte mon père. Sa mauvaise humeur l'amène à sacrer de plus en plus, alors un jour je me fâche contre lui, et je lui crie d'arrêter de sacrer. Il fige et ne dit rien. Par la suite, j'ai été envahi de culpabilité et toute ma vie j'aurai tendance à éviter la confrontation, l'affirmation directe lors de mésententes.

Ma mère. Une fois où j'étais vraiment tannant elle est devenue agressive, le regard sévère et m'a menacé de rejet comme c'est arrivé à mon père. Ce qui a eu pour conséquence sur moi, la peur de l'indifférence à mon égard ou pire la peur du rejet. Cette trace m'a amené à régulièrement vouloir ne pas déplaire à mon entourage.

Le sport et le travail étudiants. L'une des raisons qui expliquent mon engagement dans le sport de gymnastique de compétition et dans un travail lors de mes études, c'est le fait qu'ils ont contribué à me protéger de mon vécu difficile dans ma famille, à me valoriser et à me permettre de rencontrer des adultes bienveillants, des mentors. Le sport de compétition en gymnastique et le travail de fin de semaine ont constitué des expériences aussi positives que marquantes.

Mes mentors. La rencontre d'adultes bienveillants à l'adolescence et comme jeune adulte nourrit ma résilience. Ils font toute une différence dans ma vie. Leurs attentes, leurs croyances et leurs messages positifs me disent : « Je crois en toi ». Sans le savoir, sans que cela soit officiel, je considère que ces adultes jouent un rôle de mentors auprès de moi. Ce sont ma marraine, mon patron à l'épicerie où je travaille

les fins de semaine et enfin, mon enseignant d'éducation physique et entraîneur de gymnastique.

Ma réussite scolaire au secondaire. Malgré toutes les difficultés vécues au primaire, un changement radical se produit lors de ma transition au secondaire. Non seulement je ne suis plus un élève à risque d'échec, mais au contraire, je deviens un bon élève, compétent, performant, motivé et valorisé. Cette expérience positive au secondaire m'ouvrira la porte à un long cheminement d'études universitaires.

L'amour à 16 ans. À l'adolescence je vis l'amour de ma vie. Cet amour aura une grande influence sur mon parcours, particulièrement sur le désir de faire des études universitaires. Ma bien-aimée est devenue ma compagne de vie.

Cas fictif



Ce cas fictif est tiré de l'observation du milieu aisé dans lequel vivaient certains de mes petits amis. Je pense ici à André³⁷ l'un de mes amis d'enfance.

Le potentiel génétique provenant des parents

Ici comme dans le cas précédent, le potentiel génétique transmis par les parents vient de mes observations et de ce que me disait André.

Son père a fait des études universitaires en génie, ce qui suppose une intelligence tout au moins dans la moyenne supérieure. Il a de bonnes capacités manuelles et rénove régulièrement sa maison et son terrain. Il a hérité de sa famille d'une compagnie en ingénierie et a plusieurs professionnels à son emploi. Les affaires sont très bonnes. Il donne une très grande importance à l'éducation de ses enfants, à leur scolarisation et orientation professionnelle. Le sport de tennis prend une place importante pour lui, il a déjà à l'adolescence gagné des tournois de tennis. Pour ce qui est des vulnérabilités il a tendance à être trop autoritaire et dominant.

La mère d'André a fait aussi des études universitaires en enseignement, ce qui suppose pour elle aussi une intelligence dans la moyenne supérieure.

Elle fait partie d'une famille d'enseignants, certains sont des universitaires. Elle aussi donne une grande importance à l'éducation de ses enfants et à leur scolarisation. Ce qui la distingue de son mari c'est sa capacité d'expression de son amour, de son affection pour ses trois enfants. Sa vulnérabilité vient de sa force, soit une tendance à surprotéger ses enfants et laisser à son mari le soin de prendre les décisions importantes, sauf en ce qui concerne l'éducation des enfants.

³⁷ André est un nom fictif comme son histoire qui est inspirée de ce que je percevais enfant.

L'environnement familial,

La famille d'André avec ses deux autres frères fait partie de la classe aisée de Verdun. La famille possède une maison unifamiliale, une belle auto et un chalet dans les Laurentides. Les trois enfants fréquentent le collège classique qui ouvre la porte à des professions de prestiges (avocat, médecin, architecte, etc.). Ils sont également inscrits à un club privé de tennis.

Le climat familial

La famille vit dans un climat affectueux, bien organisé pour la supervision des devoirs et le suivi scolaire. Les fins de semaine sont toujours animées par des activités de loisirs et des rencontres des membres de la famille élargie. Le sport de tennis est pratiqué par tous les membres de la famille et l'hiver c'est le ski alpin qui parfois les amène en vacances dans d'autres pays.

Le style éducatif des parents

C'est très clair, le style éducatif des deux parents est de type démocratique. Ce style laisse une place importante à la participation aux règles de la maison, aux heures d'entrée le soir. Une place aussi à la responsabilisation des enfants et à leur vécu des conséquences à leurs actes. Malgré la tendance de la mère à la surprotection et au père à sa domination, le climat éducatif reste serein.

Le type d'attachement

Nul doute ici que le type d'attachement venant de la mère est sécurisant. La part d'amour et de tendresse prend beaucoup de place. Le père aussi à un type d'attachement sécurisant avec une petite teinte du type autoritaire.

L'environnement scolaire,

André et ses frères fréquents un collège classique privé. Les meilleurs enseignants y pratiquent leur profession. Le collège offre des concentrations au programme comme les lettres, les arts, les sciences en plus d'avoir un programme très étoffé d'activités parascolaires. Durant l'année il y a des échanges culturels avec d'autres collèges et l'offre de voyages culturelle à l'étranger durant la semaine de relâche.

André réussit très bien ses études, il est toujours parmi les 10 premiers de classe. Il a aussi gagné le prix d'excellence de son école. Il est inscrit en sport études en tennis.

L'environnement socioéconomique et culturel

Nous l'avons vu déjà, la ville de Verdun a mis en place une infrastructure de loisirs et de sports dont le tennis est organisé et valorisé.

Le quartier d'André comme ce fut le mien est entouré de familles aisées. Les anglophones ont mains mises sur les meilleurs emplois et dominent les hautes sphères de *l'establishment*. Comme c'est le cas pour d'autres familles aisées, celle d'André n'est pas du tout pénalisée par ce fait.

Du point de vue religieux les parents d'André en prennent et laissent selon leurs propres croyances et transmettent à leurs enfants leurs idéaux.

Le développement de la personnalité d'André issu de ses environnements

Dans son enfance André a une relation d'attachement de type sécurisant avec sa mère. Cela lui donne confiance en lui et lui permet d'explorer de nouvelles activités sans trop de crainte.

Il devient rapidement le leader de son groupe d'amis. Il est apprécié de tous.

Son père lui sert de modèle. Il l'admire pour ses réalisations et le fait qu'il est apprécié de ses employés et des membres de sa famille et de ses amis.

La personnalité d'André est caractérisée par l'extraversion, ses compétences sociales, son ouverture à la nouveauté et son sens consciencieux.

Ses vulnérabilités viennent de ses forces, à savoir de prendre parfois trop de risque dû à son hyper confiance en lui. Sa grande difficulté à faire face à l'échec par son manque de développement de sa résilience. Enfin, parfois il est arrogant envers l'adversaire dans les situations de compétitions.

Quelques autres événements marquants et leurs conséquences sur son développement

Décès prématuré de son père. Tragiquement le père d'André décède subitement lorsqu'André est au début de l'adolescence. La tristesse, la dépression qu'a subie sa mère a transformé le climat familial du jour au lendemain. André prendra des années à s'en remettre.

Échecs répétés en sport. À plusieurs reprises André subit l'échec lors de tournois de tennis. Sa grande confiance en lui est lourdement touchée. Il a finalement développé

graduellement de la résilience et accepté mieux les échecs tant en sport que dans d'autres domaines de la vie.

Son instructeur de tennis devient son mentor. André admire son instructeur de tennis. Celui-ci développe avec lui une relation de bienveillance et lui envoie le message qu'il croit en lui. Cette relation l'aidera à mieux accepter la défaite en sport et ceci se généralisera à d'autres domaines de la vie adolescente d'André.

Conclusion

À l'aide du modèle théorique que j'ai présenté et de l'illustration par deux cas types différents, j'ai tenté de faire ressortir comment les environnements, les événements de vie participent au développement de la personne. Au départ par l'environnement intérieur de notre organisme, puis le potentiel génétique et l'action épigénétique ainsi que par les différents environnements de la personne que ce soit le style d'attachement parental, le climat familial, l'environnement scolaire, l'environnement culturel et les événements marquants.

Il est important de dire que les environnements ainsi que la personnalité sont en interaction, ils sont bidirectionnels. Ainsi la génétique et l'épigénétique vont favoriser ou défavoriser l'expression des gènes selon les conditions des environnements et des événements marquants.

Mon hypothèse c'est que les grands facteurs en interaction orientent les milliers de circuits neuronaux qui forment la base de la personnalité d'un individu. À son tour, la personnalité influence les environnements.

Mes ami.e.s critiques

Merci à mes ami.e.s critiques pour leurs commentaires et appréciations.

André Béliveau, génagogue et psychoéducateur d'expérience auprès de jeunes présentant des problèmes de comportement en milieu scolaire. Chargé de cours en psychoéducation à l'UQTR.

Guy Brisson. Ph.D. Professeur chercheur en santé retraité de l'UQTR.

Céline Grandmont, psychologue et psychothérapeute. Chargé de cours à l'UQTR.

Raynalde Horth. Ph.D. Psychologue, professeur chercheur en sciences de l'éducation retraité de l'UQAR.

Simon Papillon Ph.D. Psychologue clinicien, professeur chercheur en sciences de l'éducation retraité de l'UQAR.

Claude Pelletier, psychoéducateur ayant formé durant plusieurs années des éducateurs et éducatrices spécialisées au CÉGEP.