

"Si quelque chose vous correspond vraiment,
l'existence vous le donne...
la profondeur en nous le sait
et c'est elle qui mène le jeu."

Arnaud Desjardin

Destinataire

Quand nos alarmes doivent se déclencher : Reconnaître les troubles de la personnalité

Susan Schwartz Senstad, M.A., M.F.T., M.F.A.
Traduction V. Brard.

"Ceci ne dispense pas de considérer comme pathologique, ce qui est pathologique. Une situation qui implique une pathologie nécessite d'être traitée de façon appropriée. Plus vous avez d'informations sur le trouble particulier qui affecte l'autre, mieux c'est. Vous pouvez ainsi séparer ce qui est le fait de la maladie et ce qui appartient davantage à la personnalité. Vous savez ce que vous pouvez attendre et ce qu'il n'est pas réaliste d'attendre. Vous pouvez être moins vulnérable et moins critique.



Vous pouvez gérer la situation, et l'autre personne, d'une façon plus créative, avec davantage de compréhension. Vous pouvez savoir comment et quand vous protéger et prendre soin de vous."

Drs. Hal & Sidra Stone

"L'une des expériences les plus destructives de mon enfance était que tout le monde considérait ma mère, qui avait de graves troubles de la personnalité, comme tout à fait charmante ! Je suis sûre que vous

savez à quel point les personnes qui ont des troubles de la personnalité ont une incroyable capacité à deviner ceux qui les entourent avec une exquise sensibilité (qui ne doit pas être confondue avec l'empathie) et peuvent ainsi mettre en place un comportement qui semble normal tant que l'autre ne touche pas les zones douloureuses. Ainsi ma réalité était constamment niée par mon entourage ; il devait y avoir quelque chose qui n'allait pas chez moi puisque je ne m'entendais pas avec cette "merveilleuse" maman.

Plus j'essayais, avec tout mon désespoir, de tenter de dire les abus et le mal qu'elle me faisait en privé, plus les autres (ma mère incluse) me disaient que vraiment quelque chose ne tournait pas rond chez moi tellement ce désespoir était hystérique, "hors de proportion", disaient-ils !

Cela devint un cercle vicieux et la perspective d'être crue, ne serait-ce que par moi-même, s'amenuisait d'années en années. Blâmer la victime devint le comportement automatique, à la fois pour moi-même et pour les autres, tout comme la tendance à ne pas reconnaître les abus perpétrés contre moi. Personne n'a jamais tenté d'arrêter les abus de ma mère durant mon enfance, personne ne m'a appris à les faire cesser."

Lettre privée d'une fille dont la mère avait des troubles de la personnalité.

But de cet article

Nombre d'entre nous ont choisi le *Voice Dialogue* pour sa vision, par essence, non pathologique de l'être humain. Nous partageons ce que j'appellerai une tendance à projeter une bonne santé mentale sur l'autre ; nous sommes tellement engagés à développer au maximum le potentiel de croissance de chacun que nous pouvons en venir à minimiser la signification et les implications de ce qui les limite.

Cet article est destiné à offrir une courte introduction aux pathologies que l'on nomme les troubles de la personnalité pour que les praticiens en *Voice Dialogue* puissent :

- Être équipé pour repérer les personnes qui peuvent être facilitées ou être entraînées à faciliter. Ceci est particulièrement important car il n'existe aucune façon de certifier ou au contraire d'enlever sa certification à un facilitateur de *Voice Dialogue*.
- Reconnaître plus clairement les personnes qui ne peuvent pas bénéficier du *Voice Dialogue* et doivent être adressées à des thérapeutes compétents.
- Mieux travailler avec les clients ou les étudiants qui sont les enfants ou les conjoints de personnes ayant des troubles de la personnalité.
- Savoir où en apprendre davantage sur cette

pathologie qui est difficile à reconnaître.

Les Drs. Hal and Sidra Stone ont clairement indiqué que le *Voice Dialogue* n'est pas un outil qui peut être utilisé avec tout le monde, ni par tout le monde. J'écris cet article à leur demande.

Tous ceux qui font ce travail savent le poids de l'éthique que nous acceptons de suivre lorsque nous accompagnons les gens dans leur voyage à travers leur propre vie. Devenir familier des signes patents d'un trouble psychique peut nous aider à porter ce poids avec plus de responsabilité et moins de prise de risques.

Que vous soyez un praticien ou un enseignant en *Voice Dialogue* expérimenté ou novice, si vous n'avez pas reçu de formation générale en pathologie ou de formation particulière en troubles de la personnalité, en suivre une vous servira et servira vos clients. Le but n'est pas de pouvoir faire des diagnostics, c'est le travail d'un clinicien diplômé, mais d'acquérir une connaissance qui vous aidera à travailler de façon plus consciente.

Aucun article, bien sûr, ne peut vous apprendre à reconnaître toutes les formes subtiles des troubles psychiques, c'est un problème complexe. Cet article n'est pas destiné non plus à vous apprendre comment agir avec les personnes atteintes de troubles de la personnalité. Tout ce que je souhaite faire, c'est vous donner certaines indications sur le moment où vos alarmes doivent se mettre en route et vous recommander certaines lectures pour vous orienter.

A noter : Le classement des différents troubles ont pour fonction claire d'aider à choisir un traitement ou une approche appropriés. Dans certains milieux, il traîne encore l'idée fausse qu'il est plus compatissant et plus tolérant de refuser de penser en terme de diagnostics, car penser en ces termes est brutal et arrogant. Historiquement, le rejet de l'usage de termes diagnostics a commencé notamment parmi les psychologues humanistes et holistiques des années 1950 et 1960, contre la tyrannie de la communauté psychiatrique qui faisait un usage déshumanisant de ces diagnostics, cherchant à étiqueter les gens dans un but de discrimination. C'était alors une rébellion nécessaire.

L'emploi de ces termes doit être fait avec précaution et respect. Je n'ai aucun désir de répéter ces abus notoires. Je vous demande de vous souvenir d'une chose : un trouble de la personnalité ou toute autre pathologie est quelque chose que les gens portent. Ce n'est pas ce qu'ils sont.

Qu'est ce que la normalité ?

Ceux d'entre nous qui sommes en bonne santé psychologique, qui sont dans les limites de ce qui est considéré comme "plus ou moins normal", peuvent tenir pour acquis d'avoir à disposition la totalité des capacités psychologiques. Nous pouvons alors ne pas réaliser que certaines personnes abîmées par la vie dès le départ peuvent manquer de ces capacités que nous avons tendance à voir comme celles qui sont propres à tout être humain.

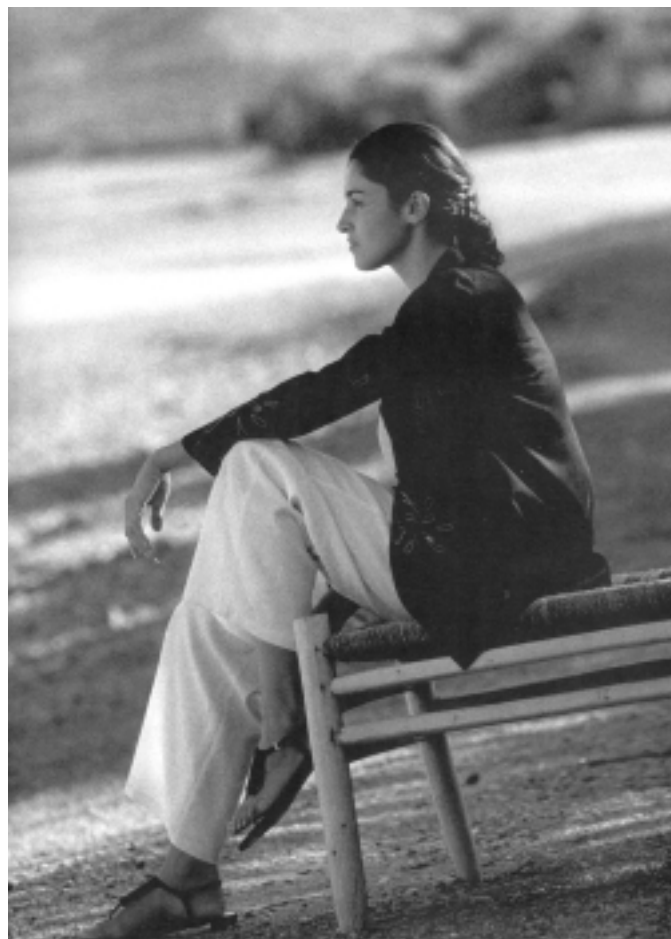
Prenons par exemple, la capacité d'avoir de l'empathie pour l'autre : se mettre dans la peau de l'autre, résonner avec les sentiments que nous imaginons que nous aurions si nous étions à sa place, est normal. Nous pouvons nous sentir heureux pour l'autre même si nous souhaiterions avoir ce qu'il a. Nous pouvons nous sentir triste, même si l'autre se sent mal à cause de nous. Nous pouvons aimer quelqu'un pour ce qu'il est et non pas uniquement pour ce qu'il donne. Il est normal d'avoir la capacité de voir l'autre à la fois comme quelqu'un de bien et quelqu'un de faillible, de voir que la même personne qui nous heurte et nous blesse est celle qui nous donne du bonheur et nous fait nous sentir bien - elle est simplement un être humain complet, tout comme nous, mais séparé de nous. Nous, les personnes normales, sommes capables de nous voir aussi comme un mélange du pire et du meilleur, comme quelqu'un qui pourrait certes faire mieux mais qui, dans l'ensemble, est suffisamment bien. En conséquence, nous pouvons tolérer les sentiments ambivalents : "D'un côté, je ressens ceci et cela, mais de l'autre..." même lorsque ces sentiments sont intenses et polarisés, ce que Hal et Sidra Stone nomment "contenir la tension des opposés."

La capacité de ressentir un sentiment de culpabilité

approprié est également un signe de normalité, tout comme celle d'admettre que nous n'avons pas agi en concordance avec notre éthique, nos règles ou convictions. Lorsque nous avons fait quelque chose que nous considérons comme mal, nous pouvons en avoir du regret, et cela même si nous n'avons pas été pris sur le fait, simplement parce que ce n'est pas digne de nous et parce que, éventuellement, nous avons pu blesser quelqu'un.

Le sens de qui nous sommes est relativement stable ; bien que nous puissions changer et évoluer, accéder à différentes facettes de nous-mêmes, nous restons plus ou moins ce que nous sommes quelque soit l'environnement dans lequel nous sommes plongés. Notre humeur est plus ou moins stable ; si elle change, habituellement, il existe une bonne raison pour cela et nous pouvons généralement contrôler la façon dont cela va affecter ceux qui nous entourent.

La double capacité d'avoir une réflexion sur soi-même et de la mettre en pratique est la principale marque de la normalité. Nous pouvons nous regarder et regarder en nous-mêmes avec un certain



degré d'objectivité, nous pouvons reconnaître nos actes, nos schémas de fonctionnement, les analyser, réévaluer les buts qu'ils servaient, apprendre pourquoi nous les avons mis en place et faire les changements qui sont nécessaires.

La capacité de choisir est le centre du processus de conscience. C'est un "cadeau" précieux qui signe le "normal".

Tout ceux d'entre nous qui avons -plus ou moins- ces capacités les voient comme étant la nature humaine. Nous pouvons nous sentir plus en sécurité lorsque nous pensons que tout le monde a ces capacités, et nous traitons les autres comme si c'était le cas. Lorsqu'il arrive que ce ne soit pas le cas, nous nous sentons vulnérables.

Lorsque nous, "gens normaux", envoyons un signal, nous attendons en retour un écho "normal" ; lorsqu'il revient différent, la première chose que nous faisons, c'est de douter de nous (surtout si nous sommes des femmes) : douter de soi, après tout, est une autre capacité des gens normaux. (Chez certains d'entre nous c'est, en fait, trop présent ; cela peut poser problème mais reste, en général, dans les limites de la normalité.)

Les facilitateurs engagés dans un processus de conscience peuvent se demander s'ils projettent, s'ils sont entrés dans un schéma d'ancrage ou s'ils font l'expérience d'un contre-transfert ; ils peuvent se questionner. Notre doute sur nous-mêmes nous aide à prendre notre part de responsabilité dans ce qui arrive.

Après tout, lorsque la plupart de nos interactions avec les autres sont normales, si nous obtenons des réponses qui ne sont pas celles auxquelles nous pouvions nous attendre, c'est le plus souvent le fait d'un malentendu ou d'un manque de clarté dans l'échange. Virginia Satir, une pionnière en thérapie familiale l'a exprimé comme suit : "Lorsque quelqu'un me dit que je ressemble à un

cochon, la première chose que je dois faire est de me regarder dans un miroir. Si réellement je ressemble à un cochon, j'ai appris quelque chose à mon sujet. Si je ne ressemble pas à un cochon, alors je dois retourner voir cette personne et lui demander ce qui, à propos de moi ou de notre relation, lui fait penser que je ressemble à un cochon."

Les gens normaux peuvent, et -en y étant encouragés- font ce genre de travail de conscience. Nous pouvons saisir, lorsque nous y réfléchissons ou lorsque nous y sommes confrontés, que nous sommes en schéma d'ancrage, en voir la forme, en comprendre le résultat.

Une fois ceci réalisé, nous pouvons remonter le fil, reprendre ce que nous avons projeté sur l'autre, voir notre propre part de responsabilité dans le fait que les choses ont mal tourné ; voir que nous étions complices. Bien sûr, nous pouvons faire ce travail en protestant, bataillant, criant, résistant, blâmant, en ayant peur, en cherchant à nous échapper, etc. Cependant, au final, lorsque nous avons les informations nécessaires pour faire nos choix, généralement, nous les faisons.

Nous pouvons devenir conscients. La capacité (bénie) de développer un ego conscient est normale. Pour les personnes qui ont cette capacité, le *Voice Dialogue* est l'approche la plus consciente que je connaisse !



Ce qui est “anormal”

Les pathologies, cependant, existent. Tous les gens qui nous semblent normaux au premier abord, ne le sont pas forcément. Certaines personnes sont si profondément blessées dans leur développement, soit physiologiquement, soit psychologiquement, soit les deux, à un âge si précoce, que de réels déficits existent. (Killingmo)

Selon l'Institut National de Santé Mentale, nombre de personnes présentant des troubles de la personnalité (“Borderline” ou en français “Personnalité limite”) ont été victimes d'abus, de négligence ou de séparations précoces lorsqu'ils étaient tout petits ; 40 à 71 % ont été victimes d'abus sexuels. (NIH Publication No. 01-4928)

Il n'est pas étonnant que bien des gens, après de telles expériences, grandissent avec de sérieux trous dans leur développement psychologique. (Soyez conscient que le terme “Personnalité limite” est utilisé maintenant dans les écrits pour nommer des formes variées de trouble de la personnalité.)

Ce que la plupart d'entre nous considère comme une maladie mentale est facilement reconnaissable. Lorsqu'une personne est psychotique, lorsqu'elle entend des voix, lorsqu'elle est désorientée aussi bien dans l'espace que dans le temps, lorsque son discours est incohérent, ses phrases sans suite, sa vue de la réalité extrêmement différente de la nôtre, nous avons là un signal fort et clair que quelque chose ne va pas. Ce n'est pas difficile pour un praticien en *Voice Dialogue*, même sans formation en psychopathologie, de savoir qu'il ne doit pas faciliter une personne présentant ces troubles. Des personnes avec de sévères formes de ce que nous nommons troubles de la personnalité (“low-functioning”), tels qu'elles sont décrites dans le manuel de diagnostic psychiatrique, DSM IV, souvent peuvent avoir transgressé la loi et se retrouver en prison, ou avoir des comportements si destructeurs ou autodestructeurs qu'elles sont hospitalisées. Celles-ci aussi sont faciles à reconnaître, même pour des non professionnels.

Les personnes avec des formes intermédiaires de trouble de la personnalité (“high-functioning”),

cependant, présentent des symptômes qui sont beaucoup plus subtils et difficiles à repérer. Lorsque ces personnes vivent des événements qui ne mettent pas en route leurs points de fragilité, elles peuvent sembler en bonne santé et agir de façon très normale. En fait, ce sont ces personnes que des facilitateurs en *Voice Dialogue* peuvent rencontrer et tout particulièrement les trois catégories suivantes : les narcissiques, les histrioniques (les personnalités théâtrales) et les “personnalités limites” qui peuvent être extraordinairement charmants, engageants, brillants et créatifs. Certains semblent réservés, timides, souvent étroits d'esprit, mais d'autres peuvent tout à fait avoir le profil de citoyens éminents ou de membres accomplis de la société. (Certains sont des praticiens en *Voice Dialogue*.) En conséquence, ils sont souvent non diagnostiqués ou mal diagnostiqués même par des professionnels expérimentés.

Pour ceux d'entre nous dont le développement psychologique s'est poursuivi de façon normale, le *Voice Dialogue* est un outil raffiné pour développer un ego conscient. Pour ceux qui ont un déficit majeur cependant, le *Voice Dialogue* seul peut ne pas être d'un bon usage, et nuire. Il peut convenir dans le contexte d'une relation thérapeutique longue et continue, une de celles qui peuvent avec le temps donner une expérience correctrice et aider à construire les structures manquantes là où résidaient les déficits.

Tout ignorer des troubles de la personnalité crée d'importantes difficultés pour le praticien en *Voice Dialogue* “normal”. Nous pouvons, par exemple, faire un bon travail en utilisant le VD pour aider une personne en bonne santé à équilibrer son comportement narcissique, et pour cela faciliter ses subpersonnalités plus aimantes, celles qui sont capables de comprendre et de répondre aux besoins des autres. Mais demander à une personne qui souffre d'un réel trouble narcissique de le faire, c'est la renvoyer cruellement dans le vide le plus spécifique de son déficit, son incapacité à ressentir de l'empathie. Nous ne faisons aucun bien aux gens lorsque nous leur demandons de dépasser leurs capacités psychologiques.

Signes qui peuvent indiquer qu'un client ou un étudiant potentiel souffre de troubles de la personnalité

Les personnes qui souffrent de troubles de la personnalité vont montrer CERTAINS de ces comportements :

Déficits entraînant des sentiments de vide, de narcissisme, de jalousies malsaines :

* Lorsqu'une personne est gravement blessée à un très jeune âge, de réels déficits dans son développement peuvent advenir ; elle peut se développer en manquant de certaines des structures et capacités psychologiques de base. Ces déficits peuvent la laisser incapable d'acquérir une réelle perspicacité et une conscience des choses et de soi complexe, authentique et nuancée.

* Un sentiment extrême de vide, un sentiment omniprésent de honte feront partie des sentiments d'une personne qui a de tels déficits. Ce sentiment de vide pourra ressembler à un gouffre terrifiant dans lequel elle craint à tout moment de disparaître et d'être annihilée.

* Comme le sens de soi-même d'une personne qui a des troubles de la personnalité n'a pas de fondations solides, elle pourra être semblable à un caméléon, une certaine personne dans un contexte donné, une autre dans un autre. (Le concept de "fausse-personnalité" plonge ses racines dans cette sorte de pathologie.) Une telle personne pourra faire un mauvais usage du langage du



Voice Dialogue en rationalisant et affirmant qu'elle canalise d'autres parties d'elle-même.

* Sans la capacité d'être dans un processus d'ego conscient, une telle personne peut simplement aller de subpersonnalité en subpersonnalité. Son humeur peut changer de façon erratique de la colère à la dépression, l'irritation, la rage, l'anxiété, sans qu'elle ne fasse la moindre chose pour limiter l'impact négatif de ces mouvements sur son entourage.

* Elle peut négliger tout autre besoin que le sien et n'offrir d'autres expressions de considération que celles qui visent à atteindre certains de ses buts.

* Elle peut avoir un très fort besoin d'être celle qui contrôle tout. Ses stratégies pour gagner et maintenir son pouvoir peuvent comprendre une manipulation émotionnelle très subtile, voire sournoise, qu'il est difficile d'épingler ou de confronter directement (cette subtilité contribue à la difficulté de repérer ces déséquilibres) et / ou elle peut avoir recours à des abus émotionnels, des tentatives de suicide, des menaces et / ou la violence.

* Comme elle se sent vide, elle peut utiliser les autres en tant que "miroir". Elle peut non pas regarder une autre personne pour voir cette autre personne mais pour y chercher une réflexion d'elle-même, confirmer ainsi sa propre existence et pouvoir être vue d'une façon positive (cette tendance à chercher un miroir est centrale dans la pathologie que l'on nomme narcissisme.) Elle peut, en conséquence, avoir développé des manières d'être extrêmement charmantes, engageantes et séduisantes.

* Son sentiment de vide peut l'amener à ressentir une profonde anxiété lorsqu'elle n'est pas le centre d'attention. Elle peut sentir que l'amour donné à toute autre personne est de l'amour en moins pour elle. Elle peut alors avoir du ressentiment pour ceux qui reçoivent l'attention.



* Dans certaines circonstances, elle peut devenir menaçante et attaquer la personne qui lui "vole" l'attention, tout comme celle qui se permet de porter son attention ailleurs. Elle peut devenir incroyablement méchante et aller jusqu'à détruire et salir la réputation de ceux qu'elle voit comme ses "rivaux".

* Elle peut sembler réservée et timide, un peu comme un âme perdue, et attirer les gens plein de bonnes intentions, ceux qui aiment aider, les sauveurs. Ces personnes peuvent être choquées lorsque la personne ayant des troubles de la personnalité les fait passer brusquement de "tout bons" à "tout mauvais" et dirige vers eux une agressivité bouillonnante, quand par exemple, ils sont en désaccord avec elle, même pour une chose complètement insignifiante. Sous la surface de cette apparente faiblesse, peut bouillonner une intense jalousie pour ceux qu'elle sent avoir plus de facilités sociales qu'elle n'en a et / ou pour ceux qui détiennent une autorité ou un pouvoir qui, selon elle, devrait être le sien.

"Splitting"

* Elle peut être incapable de voir l'autre comme un tout ; elle peut l'idéaliser pendant un temps et brusquement le diaboliser. Cette tendance à traiter quelqu'un comme totalement bon pour ensuite brusquement virer et le traiter comme totalement mauvais est un mécanisme de défense nommé "splitting". (Dire qu'une personne utilise le "splitting" comme mécanisme de défense est une autre façon de dire qu'elle n'a aucune tolérance pour ses propres

sentiments d'ambivalence.) Pour un facilitateur, il peut être très agréable d'entendre un client potentiel dire : "Vous êtes vraiment le meilleur de tous les praticiens ou enseignants de *Voice Dialogue*" ou "Personne à part vous ne m'a jamais réellement compris", etc. Cependant, le fait d'être surévalué ou dévalué de façon peu réaliste doit mettre en route vos sonnettes d'alarme. Cette personne pourrait avoir une tendance au *splitting*.

* Elle peut aussi s'appliquer cette faculté de *splitting*, ce qui la rendra incapable de se voir comme suffisamment bonne c'est-à-dire un mélange de bon et de moins bon ; si bien que pour ne pas se sentir totalement mauvais et en avoir honte, elle va s'idéaliser. Lorsque vous lui demandez de se décrire, elle peut ne parler que de ses bons côtés et donner des exemples de la façon dont elle est victime des autres. A ce moment rappelez-vous une phrase de Jung : "Plus brillante est la lumière, plus noire, l'ombre".

* Comme cette sorte d'idéalisation de soi est une forme de *splitting*, sa propre image d'elle-même peut aussi bouger du tout au tout, et à d'autres moments, elle se sentira accablée par la haine d'elle-même. Une distinction subtile mais importante est à faire : cette auto-dévaluation n'est pas la même chose qu'une critique sur soi-même ; se sentir globalement mauvais est différent du travail de prise de conscience qui permet d'admettre que de temps à autres vous avez tort. Dans les cas les plus extrêmes, cette haine de soi-même peut conduire à s'automutiler et / ou au suicide ou tentatives de suicide. Je ne le dirai jamais avec assez de force : prenez toujours au sérieux les gens qui parlent de suicide, même si la personne dit que c'est juste une façon de parler. Considérez sérieusement la possibilité de l'adresser à un psychologue qualifié ou à un psychiatre, que vous pensiez que cette personne souffre d'un trouble de la personnalité ou non.

Incapacité d'admettre que l'on a tort, souvent en utilisant le déni Incapacité d'avoir une certaine clarté sur soi-même :

* Une personne souffrant de troubles de la personnalité peut être incapable d'admettre qu'elle a tort. Elle élaborera, au contraire, des explications



souvent convaincantes qui feront toujours reposer les torts sur les autres ou les circonstances extérieures. Elle pourra affirmer qu'elle est dans son bon droit avec une énergie si intense et si assertive que les gens naïfs s'y laisseront prendre. Elle pourra rallier des groupes entiers pour la défendre.

* Elle pourra se défendre en utilisant le déni. Par exemple, confrontée à un problème, elle affirmera qu'il n'y en a pas et pourra même ajouter : "Mais qu'est-ce qui ne va pas chez lui (ou chez elle), pour penser qu'il existe un problème ?"

* Ne pas être capable d'admettre ses torts vient de l'impossibilité de supporter l'anxiété que peut générer le fait de douter de soi. Loin d'avoir le moindre doute -et d'une façon qui peut facilement être confondue avec le fait d'être fort, déterminé et fidèle à ses principes- tout est vu en noir ou blanc. Une telle personne peut même se faire le champion courageux de causes qu'elle va faire siennes. Malheureusement, elle pourra même se placer en position de leader et acquérir beaucoup de pouvoir. (L'histoire, y compris dans notre pays, fourmille d'exemples de préjudices graves commis par des leaders politiques souffrant de troubles de la personnalité)

* "*Les sentiments créent les faits*". La plupart d'entre nous répondent à un événement par un sentiment. Une personne souffrant de troubles de la personnalité va, elle, réécrire sa version de l'événement, créant des "faits" pour justifier un sentiment qui a toujours été présent en elle. Il peut sembler qu'elle ment ou qu'elle affabule car aucune confrontation avec les faits réels ne va changer sa propre version.

Cela peut amener un sentiment de désespoir chez ceux qui lui sont proches, lorsqu'elle remet en question avec véhémence leur vision de la réalité. Elle peut accuser les gens qui l'entourent d'être fous et ils peuvent même commencer à se demander s'ils le sont. (Adapté de Mason & Kreger, pp. 53-54, et Lawson, p. 6)

* Elle peut avoir "une compétence de situation". C'est-à-dire qu'elle peut apparaître comme le Dr Jekyll : charmante et compétente tant que ses craintes de honte et d'abandon ne sont pas provoquées, ce qui est le cas lors de relations sociales où une certaine distance est gardée. Cependant, elle va se comporter comme M. Hyde, méchante, lors de relations plus intimes ou lorsqu'elle a un certain pouvoir, si elle est dirigeante ou enseignante, par exemple. Les gens peuvent penser qu'elle est merveilleuse et blâmer sa famille, ses collègues ou étudiants pour leurs récriminations.

* Elle peut manquer de discernement quant à son comportement et son influence sur les autres. En fait, sa stabilité psychologique dépend de la façon dont elle évite avec beaucoup de rigidité de se voir. Si elle commence à se voir, tout ce qu'elle a construit pour se protéger peut s'effondrer. En conséquence, les techniques courantes qui servent à nous confronter à nous-mêmes pour prendre nos responsabilités et développer la conscience de nous-mêmes, *Voice Dialogue* inclus, peuvent non seulement se révéler inefficaces mais même s'avérer dangereuses.

Une peur égale de l'intimité et de l'abandon

* Elle peut avoir une grande peur de l'abandon, réel ou imaginaire. Elle peut, par exemple, vous accuser de la rejeter quand la seule chose que vous ayez faite est de tourner votre attention sur quelque chose d'autre. Mais elle peut avoir une peur égale d'être engloutie. Ce qui fait que si vous êtes distant, elle peut essayer de se rapprocher et lorsque vous êtes proche, elle peut vous repousser, parfois d'une façon assez cruelle. Cette réaction peut entraîner une grande confusion pour les praticiens en *Voice Dialogue* qui pensent que partager un moment de proximité peut faire progresser le travail.

* Une autre façon de présenter les choses est de dire que ces personnes ont un problème de limites et qu'elles sautent entre "être prises dans la nasse" et l'isolement le plus complet.

Un manque d'empathie

* Le manque d'empathie est un déficit caractéristique des personnes souffrant des nombreuses formes de troubles de la personnalité. Comme les autres ne sont pas tout à fait réels pour une personne ayant ces sortes de perturbations, elle n'a pas la capacité de saisir ou de souffrir du mal qu'elle peut faire ; cela bien qu'elle puisse être extraordinairement sensitive et avoir une incroyable capacité à voir la vulnérabilité. A cause de cette acuité, elle peut sembler un bon candidat pour une formation en *Voice Dialogue* ; il est important de réaliser que cette sensibilité est différente d'une réelle capacité d'empathie.

* Ce manque d'empathie consiste à ne pas pouvoir ressentir un réel chagrin à propos de quelqu'un d'autre qu'elle-même. Il peut sembler que l'empathie existe lorsque la souffrance de l'autre lui rappelle l'une des siennes et la réveille. Cette souffrance sera réelle mais loin d'être emphatique, c'est une souffrance narcissique.

* Dans certains cas, la souffrance de l'autre peut lui donner un sentiment de supériorité et / ou un plaisir sadique. Elle peut exploiter la connaissance des points fragiles de l'autre et en tirer avantage.

* Le manque d'empathie entraîne aussi l'incapacité de se sentir heureux pour l'autre. Là aussi, il peut sembler que l'empathie existe lorsque les circonstances qui rendent l'autre heureux lui apportent aussi un certain bonheur. Ce contentement est réel, mais comme pour la souffrance, il est narcissique plutôt qu'emphatique, elle est contente pour elle, non pour l'autre.

* Dans certains cas, le bonheur des autres, leur succès et réalisations peuvent même provoquer chez elle une jalousie intense et toxique. Elle ne ressent pas qu'avoir elle aussi ces expériences positives est suffisant ; elle peut avoir un vif désir que les autres perdent leur bonheur et deviennent malheureux. Elle veut être heureuse à la place de l'autre, non être heureuse elle aussi.

* Elle peut avoir d'exceptionnelles facilités à utiliser le langage émotionnel et trouver très précisément la "bonne" chose à dire, avec une empathie apparente, alors qu'en fait, elle cherche simplement à combler le besoin de l'autre. Lors d'une résolution de conflit dans un couple, par exemple, elle peut parler comme si elle se sentait mal à propos de la souffrance de son partenaire mais sans, en fait, éprouver de regret. Son but n'est pas d'apprendre sur elle-même pour grandir, changer et éviter dans le futur de blesser la personne qu'elle aime, comme cela pourrait être le but d'une personne saine.

Non, dans sa terreur d'être abandonnée, la réelle angoisse qu'elle nomme "regret" est plutôt une expression de son besoin désespéré de réparer le lien pour éviter l'abandon. Dans ces circonstances, ses "excuses" manquent souvent d'un accent de vérité. Les facilitateurs peuvent se sentir mal de ne pas croire une personne en larmes qui soutient qu'elle a vraiment des regrets. Il est juste de se questionner sur ce manque de confiance mais, en même temps, d'entendre notre sonnette d'alarme lorsque quelque chose sonne faux.

* Ce sont précisément ces sortes de subtilités - lorsque les réponses semblent normales et appropriées puis qu'il s'avère qu'elles ne le sont pas tant que ça- qui font que l'intimité est difficile avec les personnes souffrant de troubles de la personnalité, et qu'elles sont difficiles à diagnostiquer.

Manque de conscience et paranoïa

* Elle peut aussi manquer d'un réel sens de l'éthique. En d'autres termes, elle peut éviter de faire quelque chose de mal par peur d'être prise plutôt que par un réel sens de ce qui est juste et ce qui ne l'est pas. En conséquence, si elle sent qu'elle peut s'en tirer à bon compte, elle peut mentir, et / ou réécrire l'histoire (de façon consciente ou non) pour qu'elle colle à ses buts. Elle peut contourner la loi, voire agir de façon criminelle (ce trait est caractéristique des gens que l'on nommait autrefois des psychopathes. Ce terme a été remplacé par "personnalité antisociale" ("Antisocial Personality Disorder") mais il est de nouveau employé maintenant, même parmi les professionnels.)

* Elle peut souvent montrer une méfiance généralisée -et impressionnante- envers les autres (cette tendance est cruciale dans la pathologie que l'on nomme paranoïa). Cela peut l'amener à être constamment en conflits ; conflits nourris par son incapacité à admettre qu'elle peut avoir tort.

Sans en avoir conscience, elle appelle d'intenses schémas d'ancrage, aussi bien positifs que négatifs.

* Cela peut être ce qui va le plus mettre en route vos sonnettes d'alarmes pour vous prévenir que vous êtes en face d'un trouble psychique : la façon dont cette personne projette, et combien il est difficile de ne pas être "contaminé" par ces projections. Elle peut, par exemple, avoir tellement de difficultés à supporter ses sentiments agressifs qu'elle les fait porter à son entourage. Ceux qui l'approchent peuvent saisir cela, énergiquement. Ils deviennent soit bizarrement en colère, soit inexplicablement effrayés et peuvent facilement penser que ce sont leurs propres sentiments ! Cette dynamique est appelée "identification projective". Si vous n'êtes pas familier avec ce concept, je vous suggère d'en apprendre davantage. Comme le dit un auteur à propos des "personnalités limites" : " [Ces personnes] nous donnent l'impression de "marcher sur les œufs" tant notre marge d'erreur est réellement étroite" (Gabbard & Wilkenson, p.2).

Il est important de se souvenir qu'une tendance n'est pas la même chose qu'un trouble. Il est sûr que nombre d'entre nous peuvent reconnaître dans l'un ou l'autre des traits de caractère décrits ci-dessus, certaines de nos tendances. (Si vous n'en reconnaissez aucune, considérez la possibilité d'un déni, ce qui en soi est un symptôme...). Dans une certaine mesure et dans certaines circonstances, nous utilisons tous des mécanismes de défense comme le splitting ou le déni, stratégies venues de l'époque où nous étions petits. Certains les utilisent plus que d'autres. Apprendre à distinguer les personnes qui utilisent fréquemment ces stratégies et qui peuvent bénéficier du *Voice Dialogue*, de ceux qui souffrent d'un trouble psychique et ne peuvent pas en bénéficier, demande à la fois des connaissances et de l'expérience. La différence est que ces caractéristiques chez une personne souffrant de troubles de la personnalité sont extrêmement persistantes et peuvent résister à tout changement.

Dans une seconde partie, nous donnerons les choses à faire et à ne pas faire, aussi bien pour le thérapeute que pour les parents, et des définitions succinctes des principaux troubles de la personnalité. Les liens Internet et les titres des ouvrages recommandés par Susan sont tous en anglais, nous recommandons aux lecteurs intéressés d'aller les rechercher sur le site des Stone (www.delos-inc.com/) dans la rubrique "Reading Room", "Articles by Others" :

When Alarm Bells Should Ring.

Certains sites existent aussi en français, par exemple, pour les "personnalités limites" : [//www.aapel.org/](http://www.aapel.org/)

ADHÉSION À L'ASSOCIATION

Juil. 2006 à

Je m'inscris à l'Association Voice Dialogue Sud :

Juil. 2008

Nom Prénom

Adresse

Profession Tél E-mail

Fait à, le / /



Signature :

Merci de bien vouloir retourner votre inscription au siège de l'association avec un chèque de 22 euros (pour 2 années) à l'ordre de Voice Dialogue Sud

Stage d'été aux Courmettes (06)

Comment vivre le défi du couple ?

Pourquoi notre couple se transforme-t-il si souvent en lieu de lutte pour le pouvoir ? De quel pouvoir s'agit-il ? Comment sortir de cette impasse ?

La vie de couple, telle que nous la concevons maintenant, deux partenaires d'égale valeur ayant choisi de vivre ensemble pour s'aimer et grandir, est le plus grand défi de notre siècle.

Au delà de réussir ou non sa vie de couple se profilent les grandes questions : comment vivre en paix et en coopération avec l'autre ? Comment élever et respecter nos enfants ? Comment agir pour la paix, la paix entre les personnes ouvrant la voix à la paix entre nations ?

Ce stage d'été vous donnera l'opportunité d'explorer la vision proposée par la psychologie des subpersonnalités et de l'ego conscient. La conscience du lien énergétique, des schémas d'ancrage, l'utilisation de la communication non violente, de certaines techniques empruntés à Harville Hendrix, père du mouvement IMAGO, seront autant d'outils mis au service de votre couple.

Inscription : Dès maintenant.

Dates : Du lundi 24 juillet 2006, 18h au lundi 31 juillet 2006, 14h.

Prix : 560 euros. Chèque ou virement au nom de l'association Voice Dialogue Sud

Hébergement : Entre 38 et 43 euros par jour selon l'hébergement choisi (dortoir ou chambre à 2 ou 3 lits). Il est possible de venir avec sa tente et de camper.

Contactez les Courmettes pour réserver votre hébergement.

Adresse : Réserve naturelle des Courmettes 06140 Tourrettes-sur-Loup Tél. : 04.93.24.17.00. Fax : 04.93.59.26.34 site : www.lescourmettes.com

L'adhésion aux Courmettes sera réglée par l'association.

Accès : Itinéraire d'accès : demander un plan aux Courmettes
Gare : Cagnes sur Mer. Desserte par cars jusqu'à Vence, puis taxi. Aéroport : Nice

Le groupe est limité à 12 personnes. L'adhésion à l'association est nécessaire pour participer à ce stage.



Psychologie des Subpersonnalités et de l'Ego Conscient

Renseignements et inscriptions : Véronique Brard : 04.93.58.72.08 ou warina@wanadoo.fr

Formation continue

DATES ET THÈMES DE L'ANNÉE 2006 / 2007

La formation 2006 / 2007 sera de 14 jours, répartis sur trois jours en octobre et novembre et 4 jours en mars et mai :

- Les 27, 28 et 29 octobre 2006
- Les 1^{er}, 2 et 3 décembre 2006
- Les 29, 30, 31 mars et 1^{er} avril 2007
- Les 17, 18, 19 et 20 mai 2007

Possibilité d'arriver la veille au soir. Les stages commencent à 9h le matin et se terminent à 17h le dimanche soir. Douze heures de séances individuelles avec Véronique Brard sont nécessaires pour s'inscrire à cette formation. Des séances individuelles sont nécessaires entre les modules de formation.

Thèmes abordés

Trois jours d'octobre : Nos protecteurs : les subpersonnalités dominantes qui cherchent à nous protéger.

Trois jours de novembre : la vulnérabilité cachée sous nos parties primaires. Pour pouvoir se séparer de nos parties primaires, il est nécessaire de rencontrer la vulnérabilité qu'elles sont déterminées à protéger.

Quatre jours de mars : Se servir des rêves pour développer un ego conscient des polarités.

Quatre jours de mai : La danse des énergies féminines et des énergies masculines.

Outre la théorie, nous travaillerons la reconnaissance de nos subpersonnalités à un niveau tout à fait pratique, pour avoir ainsi une chance de nous séparer de notre système primaire.

Bien sûr, nous nous servons des rêves, des exercices de facilitation, des exercices énergétiques, du processus de groupe, de la danse et de la créativité tout au long de ce programme.

Invitation

L'association Voice Dialogue Sud et Véronique Brard déménagent. A cette occasion, tous les membres de l'association et les amis du Voice Dialogue sont invités à **faire la fête** le samedi 2 septembre 2006 à Saint-Estève. Programme : pique-nique le samedi midi, promenade à la rivière, bain pour les plus courageux et musique en soirée. Téléphonnez pour confirmer votre présence, amenez un pique-nique pour le samedi midi et si vous habitez loin, réservez au gîte pour rester le week-end ou plus.



De nombreux liens se créent pendant les stages, c'est l'occasion de vous revoir, de présenter vos conjoints et enfants et de nourrir l'amitié !

Itinéraire

Rejoindre l'autoroute A8 et sortir à Saint Maximin. Traverser Saint-Maximin en direction de Brue Auriac, Barjols (D560), laisser sur votre gauche le petit village de Seillons, passer le pont, et prendre à gauche la route de Bras (D 35). Après la ligne droite, juste dans le premier virage se trouve l'entrée du hameau de Saint-Estève. (Environ 8 km de Saint Maximin.)

Une fois passée l'entrée, aller tout droit en direction du gîte. Se garer dans le parking. Passer à pied devant le "château", lorsque vous débouchez sur la petite place, la maison est sur votre gauche (celle avec des volets rouges).



Variante

En venant de Nice, il est possible de sortir à Brignoles et de prendre la D 554 en direction de Saint Maximin, puis à droite la D 35 en direction de Bras (9 km). Traverser Bras et prendre la direction de Brue Auriac (toujours la D 35, ne pas prendre la direction Barjol)).

Le hameau de Saint-Estève se trouve alors à 5 km sur votre gauche avant de déboucher sur la D 560. Cet itinéraire permet d'éviter Saint Maximin aux heures de pointe, il est très agréable.



Nouvelle adresse !

Véronique Brard
Association Voice Dialogue
4 Hameau de Saint-Estève
83119 Brue Auriac
Téléphone : 04 94 69 22 15
Portable : 06 61 65 60 11