

« Connaître les autres, c'est sagesse.  
Se connaître soi-même, c'est sagesse supérieure" »

*Lao-Tseu*

## Préambule

Lorsque j'étais un enfant, je pensais que tout m'était possible. Par exemple, à l'âge de dix ans, je rêvais de devenir un héros, un agent secret héroïque, un autre James Bond ou un cow-boy nonchalant et sûr de lui, à l'image de Clint Eastwood dans ses westerns. Je fermais les yeux et me concentrais intensément, m'appliquant à les imiter : je me demandais ce que ferait mon héros dans telle ou telle situation. D'un air flegmatique et sûr de moi, je mettais les pieds sur une table en mâchonnant silencieusement un morceau de paille ou un crayon.

Bien sûr, ma ressemblance avec mes héros s'arrêtait là... et je me désolais de n'avoir ni leur assurance, ni leur répartie.

Cependant, parce que je voulais comprendre et m'améliorer, j'ai lu assez tôt des livres proposant une explication des comportements et des aspirations des hommes ; ainsi, je lus Spinoza, Darwin, Adler, Freud, Jung, Piaget, Janet, Laborit, Myers-Briggs, et quelques autres auteurs contemporains moins connus.

Plus tard, j'ai choisi une carrière scientifique, et ma formation d'ingénieur m'a appris à être rigoureux et soucieux de connaissances rationnelles. Mon métier m'a permis d'aborder ma passion des hommes avec une vision plus froide et extérieure, en étudiant les systèmes experts et l'intelligence artificielle.

C'est à cette vision que je dois mon étude du comportement humain abordé comme un système d'information, ayant des objectifs, des aptitudes, et soumis à des contraintes extérieures. Je la dois aussi à Jung, initiateur de cette approche, avec sa distinction « per-

ception, attitude, jugement » ; celle-ci apporte une dimension plus objective dans la compréhension des caractères.

Plus récemment, j'ai étudié les articles scientifiques et dossiers de recherche les plus actuels sur le sujet. Nous parlerons en particulier au chapitre 8 (partie 1) du modèle le plus marquant des dernières années, le modèle « des *Big Five* », qui date des années 1990. D'une manière générale, les psychologues d'aujourd'hui ont progressé dans la détermination des traits de caractères parce qu'ils réalisent leurs études avec plus de rigueur scientifique, utilisant en particulier des techniques statistiques.

Dans le livre, j'ai constamment fait attention à employer des termes simples, et à illustrer chaque chapitre avec de nombreux exemples.

La première partie décrit les principales théories existantes, empiriques, sur la personnalité. La seconde partie s'appuie sur une approche de l'homme de type système d'information, pour retrouver de manière rationnelle les traits de caractères fondamentaux qui avaient été découverts empiriquement. Cette étude nous permettra de répondre à des questions telles que :

Pourquoi sommes-nous le jouet de nos humeurs ? Quelle est la cause profonde de nos émotions, qui nous font rougir ou bafouiller ? Quel est le processus mental qui guide nos actions et nos décisions ? Qu'est-ce qui nous motive ? Pourquoi existe-t-il des personnes sûres d'elles-mêmes, et d'autres qui manquent de confiance en elles ? Ou plus généralement, qu'est-ce qui nous différencie d'un autre être humain, et fait que nous sommes « nous-mêmes » ?

Je suis persuadé que tout être humain, en se comprenant mieux, en interprétant mieux les motivations de ceux qui l'entourent, devient moins sévère avec lui-même et autrui ; et plus serein.

Voilà pourquoi j'espère que ce livre vous sera utile.

# PARTIE 1

Comment définir la personnalité ?

En psychologie, on définit la personnalité comme étant l'ensemble des qualités des êtres humains qui permettent de les distinguer les uns des autres, dans leur façon de penser, de ressentir ou de se comporter (cognition, émotion, comportement).

Par définition même, la personnalité n'a donc de sens que pour un individu dans un monde peuplé d'êtres humains.

La personnalité est un sujet d'étude et de réflexion depuis des millénaires, et nous en avons des traces écrites depuis l'antiquité.

Dans cette première partie, je ferai un bref aperçu des théories relatives à la personnalité qui ont été développées au cours des âges : je présenterai les idées d'Hippocrate, Spinoza, Freud, Adler, Jung, Myers-Briggs, Heymans/Wiersma, Le Senne/Berger, et je terminerai par la théorie des *Big Five*.

Pour compléter ces idées, j'ai présenté brièvement en annexe la biographie de chacun des penseurs ou caractérologues concernés, parce que la vie d'un homme permet souvent de mieux comprendre ses idées, ainsi que l'orientation de ses centres d'intérêt.

Il est à noter que, hormis Hippocrate et Spinoza, tous les autres auteurs ont élaboré leurs théories vers le milieu du XX<sup>e</sup> siècle. La majorité de ces théories a encore de nombreux adeptes aujourd'hui, même si le modèle des *Big Five* rencontre désormais un consensus important.

## Les grecs posent les bases

### **Les quatre humeurs d'Hippocrate (vers 400 av. JC)**

Le grec Hippocrate le grand ou Hippocrate de Cos (né en 460 av. J.-C, mort en 370 av J.-C.) est considéré comme le père de la médecine, parce qu'il fonda une école de médecine et basa celle-ci sur des notions rationnelles.

Il est resté célèbre pour son fameux « *serment d'Hippocrate* », mais aussi pour sa théorie des « quatre humeurs ». En effet, pour Hippocrate, le corps humain est constitué de quatre « humeurs » : Le sang, le phlegme, la bile jaune et la bile noire.

Ces quatre humeurs sont liées à quatre éléments fondamentaux de la nature : le feu, l'air, l'eau, la terre.

Et ces éléments fondamentaux sont eux-mêmes affectés d'une qualité propre : chaud, sec, froid, humide.

Enfin, Hippocrate faisait également une association aux quatre saisons, et rattachait chacune des quatre humeurs à un organe (cœur, foie, cerveau, rate). On peut résumer tout cela par le tableau suivant :

Humeur	Élément	Qualité	Saison	Organe
Bile rouge (sang)	Air	Chaud et humide	Printemps	Cœur
Bile jaune	Feu	Chaud et sec	Été	Foie
Bile blanche (phlegme)	Eau	Froid et humide	Hiver	Cerveau
Bile noire (atrabile)	Terre	Sec et froid	Automne	Rate

**Grâce aux humeurs, les grecs ont déterminé quatre types de caractères...**

Pour les grecs, l'influence de l'humeur dominante ne s'arrêtait pas à la santé physique : elle s'étendait au caractère de l'individu. Ils distinguaient ainsi quatre types de caractères suivant l'humeur dominante de la personne :

**- Le caractère sanguin :**

Il est le propre d'une personne ayant une humeur « sang » dominante. La personne est avide, aime les plaisirs de la vie, est positive face aux problèmes de la vie.

**- Le caractère cholérique :**

Il est le propre d'une personne ayant une humeur « bile » dominante. La personne est coléreuse, impulsive, réagit vivement, s'énerve facilement.

**- Le caractère flegmatique :**

Il est le propre d'une personne ayant une humeur « lymph » dominante. La personne ne doute jamais de rien ni d'elle-même, elle est paresseuse, passive.

**- Le caractère mélancolique (atrabilaire) :**

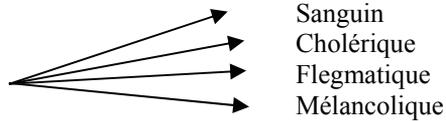
Il est le propre d'une personne ayant une humeur « atrabile » dominante. La personne manque de confiance en elle, n'agit pas, reste centrée sur elle-même ; elle est triste, mélancolique, pessimiste.

Ces quatre humeurs resteront la référence pendant de nombreux siècles. Au fil des âges, cette théorie a donné naissance à plusieurs expressions qui sont restées dans le langage courant :

Être de bonne, de mauvaise humeur, se faire du mauvais sang, avoir le sang qui s'échauffe, se faire de la bile, faire une remarque pleine de fiel, être flegmatique, avoir une humeur noire, ...

**En résumé :**

**4 types de caractères :**



<b>Humeur</b>	<b>Tempérament</b>
Bile rouge (sang)	Sanguin
Bile jaune	Cholérique, anxieux
Bile blanche (phlegme)	Flegmatique
Bile noire (atrabile)	Mélancolique (atrabilaire)

## 2

### L'apport de Spinoza

#### **L'apport de Spinoza à la « Caractérologie » (vers 1660)**

Spinoza n'a pas à proprement parler étudié les caractères. Il a surtout voulu comprendre ce qui rend les hommes malheureux, et ce qui peut les rendre heureux.

Pour cela, il a été amené à étudier le fonctionnement de l'homme. Nous allons montrer que cela l'a conduit, au travers de ses écrits, à mettre en évidence :

*La faculté « d'association d'idées »* des hommes,

*La volonté de « domination »* qui guide les hommes tout au long de leur vie,

*Les sentiments positifs et négatifs (« joie » et « tristesse »)*, qui orientent les objectifs de vie des hommes,

et *Les émotions*, qui déforment l'objectivité du jugement.

En ce sens, je le considère comme l'un des précurseurs de la caractérologie parce qu'on retrouve chez lui des idées que Alfred Adler développera et enrichira quelques siècles plus tard.

#### **Les hommes font des associations entre leurs perceptions et des sentiments positifs ou négatifs**

Nous savons aujourd'hui que l'esprit humain fonctionne par association d'idées, et que ce processus est à la base de toutes nos décisions et de tous nos comportements.

Ainsi, si deux idées sont associées, et que l'une est cause de valorisation, alors l'autre le sera (ce phénomène est à la base du réflexe de Pavlov). C'est l'apprentissage associatif.

En particulier, si nous avons pensé à une chose pendant que nous étions joyeux (respectivement triste), nous aimerons cette chose (respectivement nous haïrons cette chose). Si une chose a quelque ressemblance avec un objet aimé, nous l'aimerons ; si une chose a quelque ressemblance avec un objet haï, nous la haïrons.

Spinoza ignorait ce que sont l'apprentissage associatif et le réflexe de Padlov, et pourtant... Citons-le.

(Dans la suite de ce chapitre, tous les textes entre guillemets et en petits caractères seront des citations de l'ouvrage du philosophe Alain sur Spinoza. Parce qu'ils sont énoncés plus clairement que dans les œuvres initiales de Spinoza, nous donnons en effet des extraits tirés du livre écrit par Alain (Émile Chartier) : *Spinoza* (1946), livre dans lequel Alain prend la parole « pour » Spinoza.)

« Si l'âme a éprouvé à la fois deux sentiments en même temps, elle ne pourra éprouver l'un sans éprouver l'autre. De plus, même les choses indifférentes pourront être pour elle causes de joie ou de tristesse, et par suite de désir ; il suffira pour cela que ces choses soient unies par l'imagination à une chose qui soit pour nous cause de joie ou de tristesse ou objet de désir. Il suffit donc que nous ayons pensé à une chose pendant que nous étions joyeux ou triste pour que nous aimions ou que nous haïssions cette chose. Bien plus, il suffira qu'une chose ait quelque ressemblance avec l'objet aimé pour que nous l'aimions ; qu'une chose ait quelque ressemblance avec l'objet haï pour que nous la haïssions. »

