

## Les cinq étapes du développement de la personnalité

Quel est le domaine d'intervention d'un accompagnement psychothérapeutique ?

Celui-ci se définit par son cadre qui est spécifique à la pratique utilisée. Le patient y découvre de nouvelles règles relationnelles comme, par exemple, la « règle d'association libre » qui consiste à tout dire au thérapeute. Selon Edmond Gilliéron, « ce changement de cadre est susceptible de remettre en question les fondements sur les-

quels s'appuie l'équilibre du sujet, et donc de favoriser le changement thérapeutique attendu<sup>1</sup> ». Le contrat qui lui est proposé comprend un ensemble de méthodes psychologiques dont le but final est de le soulager de sa souffrance.

Ce cadre se compose d'un lieu où se déroulent les séances, et de quelques règles éthiques qui lui permettent de se sentir en sécurité afin d'oser travailler sur les inévitables questions et conflits intrapsychiques qui surgiront au cours de la thérapie. Voici, à titre d'exemples, des règles essentielles que l'on définit dès la première rencontre :

- Quelle sera la pratique thérapeutique utilisée ?
- Combien de temps durera une séance ?

---

1. Cf. Edmond Gilliéron, *Le premier entretien en psychothérapie*, Dunod, 1996.

– Quel en est le prix ? Les absences sont-elles dues ou non ?

– Quand et comment se termine la psychothérapie ?

Cela doit être clair, dès le départ, pour éviter toute ambiguïté ou confusion qui perturberait l'équilibre (fragile) du sujet. Ces règles le protègent tandis qu'il s'apprête à confier sa vie psychique à un professionnel qu'il ne connaît pas.

\*  
\* \*

Avant de définir cet accompagnement professionnel, il convient de le resituer dans le domaine de la vie psychique. Qu'entendons-nous par vie psychique ?

La vie psychique est le résultat conscient ou inconscient d'une histoire subjective construite au cours du temps, à travers ce

qu'une personne vit dans sa sensibilité (affectivité, imagination, mémoire d'apprentissage), avec son intelligence raisonnable. Cette personne, dans sa relation au monde et par ses choix de vie successifs, structure sa personnalité (construction de son « Moi ») et développe petit à petit son autonomie. Elle déploie ainsi ses capacités humaines et sa responsabilité mature face à la vie et aux autres.

\*  
\* \*

Pour mieux comprendre les problématiques rencontrées au cours d'une psychothérapie, nous allons préciser les phases du développement psychologique, et détailler comment se structure la personnalité du sujet dans la découverte de son identité et l'accès à la différence de l'autre. Là se situe

le champ spécifique du travail psychothérapeutique.

D'une bonne construction psychique naîtra un adulte à part entière, autonome, à l'aise dans son identité, mature et responsable. Il faut savoir que tout progrès, toute évolution de la personnalité est un parcours plus ou moins sinueux, parfois laborieux, marqué aussi par quelques résolutions de conflits internes. On n'y échappe pas !

Si un conflit interne est mal assumé, si une étape du développement reste inachevée, l'adulte en subira les conséquences. Il devra nécessairement, un jour ou l'autre, revenir sur son parcours et, avec l'aide d'un professionnel, réorienter son désir, faire le deuil des attentes infantiles qui bloquaient encore sa croissance psychologique.

Selon notre approche, la croissance psychologique de l'enfant comprend cinq grandes étapes : la relation d'étayage, l'intériorisation, la relation à soi, l'identification au parent de même sexe et la relation personnelle avec l'autre.

## **La relation d'étayage**

L'existence humaine s'enracine dans les neuf premiers mois de la vie intra-utérine. En sa mère, le fœtus reçoit la vie et l'être. Dès les premières semaines, il devient extrêmement réceptif à sa présence et à l'amour qu'il reçoit d'elle. Cette étape initiale est la plus importante, elle pose les fondements de l'existence et s'épanouit durant la première année de vie.

Destiné à vivre un amour sans limites, du fait de l'*image divine*<sup>1</sup> déposée en lui, le bébé garde ses sens en éveil pour recevoir au mieux l'affection de ses parents. Il s'abandonne naturellement à ceux qui doivent répondre à son attente. Ce besoin essentiel d'un amour inconditionnel<sup>2</sup> réclame, à cette étape initiale, une réponse prévenante de sa mère (ou des personnes qui prennent soin de lui), faite de caresses, d'attention, de mots doux. De fait, l'enfant s'épanouit grâce aux stimulations sensorielles qui jaillissent d'une relation affective satisfaisante avec sa mère<sup>3</sup>. Il vit alors en

---

1. Gn 1, 26.

2. Gary Chapman et Ross Campbell, *Langages d'amour des enfants*, Farel Éditions, 1998, p. 19.

3. Cf. Donald Woods Winnicott, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Payot, 1989.

symbiose avec elle : il existe par elle, il est amour avec elle<sup>1</sup>.

La vie et l'amour, qui s'offrent à lui, irriguent de l'intérieur son âme et son corps. Nous préférons ici substituer au terme psychanalytique de « pulsion » l'expression, plus large à notre avis, d'« élan de vie et d'amour », plus cohérente avec notre approche judéo-chrétienne, où l'être humain, créé à l'*image* de Dieu, tend vers la *ressemblance* divine.

À travers le soutien qu'il reçoit de ses parents, de sa famille, et l'amour qui le construit, l'enfant se cherche par touches successives. Il se structure graduellement dans la mesure où sa mère et son père com-

---

1. Cf. M. Mahler, F. Pine, A. Bergman, *La naissance psychologique de l'être humain. Symbiose et individuation*, Payot, 1980.

prennent ce qu'il vit et favorisent l'expression de la vie en lui. Il expérimente auprès d'eux la tendresse et la consolation, la proximité et la sécurité, et il s'attache à eux, particulièrement à sa mère<sup>1</sup>. Ainsi, grâce à leur amour, il étaye sa personnalité. Habituellement, deux tiers des enfants ont acquis, dès l'âge de vingt-quatre mois, un attachement solide et sécurisant.

En pédagogie, le concept d'étayage renvoie à la théorie de l'Américain Jerome Bruner et à l'intervention de l'adulte dans l'apprentissage de l'enfant : « L'étayage désigne l'ensemble des interactions d'assistance de l'adulte permettant à l'enfant d'apprendre à organiser ses conduites afin

---

1. J. Bowlby, *Attachement et perte*, PUF, 3 vol., 1978-1984 ; cf. aussi M. Ainsworth, M. Blehar, E. Waters et S. Wall, *Patterns of Attachment*, Hillsdale, Erlbaum, 1978.

de pouvoir résoudre seul un problème qu'il ne savait pas résoudre au départ<sup>1</sup>. »

Le bébé grandit donc dans la confiance en la vie et dans la confiance envers autrui, fondements de la confiance en soi. Et plus il s'attache à ses parents et croît dans une dépendance confiante et structurante vis-à-vis d'eux, plus il deviendra ultérieurement capable d'autonomie psychique<sup>2</sup>.

Cet étayage, cependant, ne se déroule pas aussi simplement. En effet, le petit d'homme, bien qu'aspirant à un amour de plénitude, ne le reçoit pas comme tel ; il perçoit très vite, et douloureusement, les limites de l'amour humain. La réaction na-

---

1. Cf. Jerome Bruner, *Le développement de l'enfant : savoir faire, savoir dire*, PUF, 1983.

2. Cf. Anna Freud, *Le normal et le pathologique chez l'enfant*, Gallimard, 1968.

turelle à ce manque d'amour est de faire barrage à la souffrance qu'il ressent comme une agression (extérieure ou intérieure). En conséquence, il finit par se protéger, là où il a mal, même de l'amour parental. Au cours du temps, il mettra en place des défenses (inconscientes puis conscientes) qui entraveront, peu ou prou, son aptitude à se laisser aimer, puis à aimer. Désormais, la vie et l'amour ne s'écoulent plus librement en lui.

\*  
\* \*

Si ses parents ne répondent pas aux exigences de cette première étape qu'il traverse, s'ils abdiquent face à leur responsabilité (la mère manquant de présence tendre, ou sevrant trop brutalement son bébé, le père ne sachant pas rassurer son

enfant ou étant absent...), alors l'étayage devient insuffisant : voilà le bébé en danger. Il est insécurisé et fragilisé, ce qui ne peut que ralentir sa croissance psychique et, plus tard, engendrer des troubles de la personnalité et des comportements inadéquats de dépendance pour compenser ses carences.

S'il a manqué d'une proximité structurante avec ses parents pour l'affermir, si une insécurité profonde subsiste, il cherchera plus tard, adolescent, à nouer des relations de dépendance où l'autre est utilisé pour étayer sa fragilité psychique. La tendresse valorisée devient alors l'unique système d'économie affective qui le rive à l'autre et le rend totalement dépendant de lui.

Devenu adulte, il peut rechercher encore une dépendance et un assistanat dans des groupes marginaux à forte effusion affective

(sectes). Ce seraient autant de liens qui le rendraient esclave d'une sécurité dont petit, il a été sevré trop tôt.

## **L'intériorisation**

Très tôt, par sa confrontation au monde environnant, à lui-même et aux autres, le petit nourrisson commence à élaborer des représentations internes à l'aide de son imagination. La représentation est définie comme ce que l'on se représente, ce qui forme le contenu concret d'une pensée ou d'une perception intérieure.

Si la relation d'étayage et de renforcement psychique s'est accomplie correctement, il est suffisamment assuré en lui-même pour prendre le risque de se distan-

cier de sa mère, objet de son amour. Ce lent processus de séparation-individuation<sup>1</sup> est inauguré vers le huitième mois par l'émergence des premières angoisses du bébé devant un visage étranger<sup>2</sup> : elles signent chez lui l'installation intrapsychique d'une représentation mentale de sa mère qu'il peut maintenant différencier d'avec un inconnu.

De fait, le nourrisson entre dans une relation plus intériorisée : il prend de la distance par rapport à sa mère grâce à son imagination, et commence ainsi à grandir vers l'autonomie. Il expérimente le fait que la relation reste possible même dans la distance, et non plus dans la seule proximité

---

1. Cf. M. Mahler, F. Pine, A. Bergman, *La naissance psychologique de l'être humain. Symbiose et individuation*, op. cit.

2. Cf. René Arped Spitz, *De la naissance à la parole. La première année de la vie*, PUF, 1968.

physique avec sa mère. Il découvre avec plaisir qu'il peut vivre sans elle, c'est-à-dire en dehors de sa présence. De cette séparation progressive naît un espace intérieur dans lequel il va développer sa vie subjective et imaginative. Il commence aussi à communiquer.

Cette distanciation progressive, toujours frustrante par rapport à son attente, est plus ou moins difficile à vivre. Il doit affronter et traverser la crainte d'un certain vide existentiel. D'un côté, sa confiance l'affermite et le pousse à communiquer avec l'extérieur ; de l'autre, une angoisse émerge et le freine dans sa spontanéité pour l'obliger à se recentrer sur lui-même, afin qu'il ait l'impression de rester entier. Dans la tendance au repliement, il trouve l'énergie nécessaire qui va l'aider à repartir à la conquête du monde

qui l'entoure. Ce travail d'unification de son Moi va se faire petit à petit, et même, bien souvent, laborieusement.

Le processus de séparation le conduit de la relation symbiotique initiale à une relation qui va devenir personnelle, par la prise de conscience de sa propre existence et de celle de sa mère. Ce qu'il est en train de perdre en assistance, l'enfant le gagne alors en autonomie. Cette prise de conscience se fait au sein d'une « position dépressive<sup>1</sup> », structurante, maturative, dont dépendront ultérieurement ses capacités à changer et à consentir à la perte. L'angoisse de séparation est commune entre dix et dix-huit mois et disparaît généralement à la fin de la troisième année.

---

1. Cf. Mélanie Klein, *Essais de psychanalyse*, Payot, 1982.

Au sortir de cette phase d'intériorisation, l'enfant est désormais une personne capable de plaisir et de déplaisir, d'aimer et de haïr, capable aussi de rester seule, un moment, sans sa mère. Un espace s'est créé entre l'enfant et sa mère, qu'on appelle l'« espace transitionnel<sup>1</sup> ».

Sa capacité d'autonomisation dépendra beaucoup de l'attitude parentale, particulièrement de la mère. Elle peut encourager l'enfant à partir à la découverte du monde, l'entourer d'un bain de confiance pour affronter les difficultés ou dépasser les échecs. À l'inverse, elle peut être anxieuse et devenir hyperprotectrice, ce qui risque d'aggraver la timidité de l'enfant, et stimuler son manque d'assurance et de confiance.

---

1. Cf. Donald Woods Winnicott, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, *op. cit.*

Quant à l'émergence du père, elle se fait progressivement. À ce stade, et bien que présent dès l'origine, il n'existe auprès de l'enfant que par sa mère, et si celle-ci le reconnaît comme tel.

\*  
\* \*

Si les parents ne tiennent pas leur juste place pour rassurer l'enfant et l'aider à vivre cette traversée délicate, si le couple parental est en dysharmonie affective, le tout-petit réagit de manière décalée, peut-être par des comportements dépressifs, ou d'abandon, ou de prostration, ou bien encore par une agitation anormale qui dérange l'entourage.

Ce vécu intérieur peut se réactualiser à la puberté. L'adolescent ressent fortement le danger de morcellement de son être de-

vant le dynamisme de vie qui agite son corps malgré lui, et qu'il a bien du mal à contenir parce qu'il l'attire et l'inquiète tout à la fois. Certaines expressions comme « je vais craquer ! » ou « je m'éclate ! » sont significatives de ce double mouvement d'expansion et de repliement. Pour éviter l'éclatement, l'adolescent aura tendance à se replier sur lui-même, tout en pressentant le danger de s'y piéger. C'est la raison pour laquelle il tente impérativement de sortir de lui-même pour aller vers l'autre et s'ouvrir au monde environnant. Il est facile d'imaginer que, si les étapes d'unification du Moi ne se déroulent pas correctement, l'adolescent, et plus tard l'adulte, souffrira d'immaturité psychoaffective.

## La relation à soi

Au cours de cette troisième étape, le Moi du petit enfant commence à désinvestir la relation maternelle qui, au début, était pleinement satisfaisante, pour la fixer sur lui-même. C'est l'étape dite « narcissique<sup>1</sup> », le temps où il prend possession de sa personne. Le narcissisme, c'est-à-dire l'amour de soi, le sentiment de sa valeur, l'image que l'on a de soi-même, est le fondement d'une bonne santé psychique. Quand le petit enfant s'attache à sa propre personne, il engrange un capital qui fonde sa personne même. Car il ne pourra pas vivre correctement s'il ne s'aime pas un tant soit peu.

---

1. Cf. Sigmund Freud, « Pour introduire le narcissisme », in *La vie sexuelle*, PUF, 1999.

Le voilà donc qui goûte au bonheur d'être lui-même. Il porte sur lui un regard « amoureux » : il devient une personne intéressante, aimable. Pour accéder à la différence, il aura besoin de croire en lui-même : aussi cette relation à soi le sécurise et l'arme déjà pour affronter plus tard, à l'adolescence, avec suffisamment de confiance en lui, la grande séparation avec ses parents.

Durant cette période, l'enfant, sans pour autant abandonner l'investissement de lui-même, continue d'investir le monde extérieur. Pour ce faire, son élan d'amour s'oriente selon deux axes principaux : une première partie lui sert à s'aimer lui-même, tandis que la seconde lui sert à aimer les autres. La solidité de son narcissisme s'appréciera plus tard, à l'âge adulte, sur sa capacité à résister aux épreuves et aux

agressions lorsqu'elles portent atteinte à l'image de soi (par exemple une humiliation, un licenciement...).

Le Moi de l'enfant émerge de plus en plus nettement. Vers un an et demi-deux ans, il commence à acquérir le « non<sup>1</sup> » et le « je », qui signent l'accession à la totale distinction d'avec la mère. Ils marquent le renforcement de l'enfant dans sa position de sujet. Celui-ci découvre qu'il a une volonté propre, qu'il peut tenir tête et désirer autre chose que ce que veulent ses parents. Il découvre qu'il est une personne différente de sa mère et de son père. Il va commencer à faire l'expérience de ses choix, de sa liberté et de ses responsabilités. D'où la nécessité pour les parents (et les éducateurs) de mettre en place des bornes et d'énoncer

---

1. Cf. René Arped Spitz, *Le non et le oui*, PUF, 1962.

des interdits<sup>1</sup> pour que l'enfant puisse affirmer son identité.

Ces interdits doivent être clairs et redits autant de fois que nécessaire. Cependant, ils ne doivent pas être l'expression du seul bon plaisir parental, mais bien plutôt des limites nécessaires pour assurer la sécurité de l'enfant, lui interdire de se faire mal mais aussi de nuire à autrui, ce qui prépare sa socialisation. Il est interdit de faire « ceci » ou « cela », mais pas de désirer ou d'exprimer son désir, ce qui sera source de dialogue.

À ce stade, même si la mère est encore centrale dans la relation, le père commence à prendre une place importante dans le lent

---

1. Thomas-Berry Brazelton, *Points forts*, tome 1, *Les moments essentiels du développement de votre enfant*, Le Livre de poche, 1996 ; tome 2, *De trois à six ans*, Le Livre de poche, 2004.

processus de séparation. Il apparaît comme celui qui, avec la mère, pose les limites, en imposant une loi ferme et douce qui confronte l'enfant à la possibilité de la transgression, avec ses conséquences parfois douloureuses.

Les représentations internes, nous l'avons vu, dépendent de l'amour que l'enfant reçoit. Elles sont influencées aussi par les autorisations et interdits que posent ses parents, son milieu familial et social, et qu'il intériorise plus ou moins bien au plus profond de lui-même au cours de son développement psychique. Il constitue ainsi son « Surmoi », produit de l'intériorisation des interdits parentaux, qui deviendra source de culpabilité. Chaque fois que l'enfant vit ce qui est permis par ses parents (ou toute autre figure d'autorité), il se sent en

paix avec lui-même et en confiance avec autrui. Mais si son aptitude à se laisser aimer est altérée par des manques d'amour ou du moins par des maladresses de l'amour parental, certaines de ces représentations sont, à leur tour, déformées.

Quand ses propres désirs vont à contre-sens de ce qui lui est permis, l'enfant doit affronter un conflit interne. Il est déchiré entre deux désirs contradictoires : ce qu'il veut lui-même et ce que son parent veut pour lui. Et il se sent coupable de désirer quelque chose de prohibé ou de ressentir une émotion « interdite ».

Si le conflit interne reste insoluble pour lui, des troubles névrotiques pourront apparaître. Car l'enfant et, plus tard, l'adulte disposent, pour lutter contre ce conflit in-

terne, de quelques moyens de défense comme :

– le refoulement<sup>1</sup> qui peut être considéré comme un processus universel. Il est à l'origine de la constitution de l'inconscient (freudien). Il consiste à repousser ou à maintenir dans l'inconscient les représentations et les émotions interdites ou conflictuelles. Cela lui évite de provoquer une réaction déplaisante de la part de l'autorité qu'il respecte, ou qu'il craint ;

– le déplacement (comme dans les phobies où l'image interdite et refoulée s'attache à un objet extérieur : l'espace, les araignées, les microbes, le vide, la foule...) ;

– la projection, qui est le fait de situer dans le monde extérieur des pensées, des af-

---

1. Cf. Sigmund Freud, *Introduction à la psychanalyse* (1916), Payot, 1985.

fects et des désirs, sans les identifier comme tels, et de leur prêter une existence objective. Dans la psychose paranoïaque par exemple, le patient projette sur une personne extérieure sa souffrance intérieure et l'en rend responsable. Il se sent menacé par l'autre. Il ne se rend pas compte qu'en fait le danger qu'il ressent vient d'un conflit intrapsychique.