

Psychologie et gestion de certains types de personnalité difficile

par

Pr Gérard Ouimet, Ph. D. (Psy.), Ph. D. (Sc. Pol.)

Professeur honoraire

Docteur en psychologie et en politologie

Spécialiste en psychopathologie organisationnelle et en psychologie du pouvoir

Jeudi 26 mars 2026 (19h00 à 21h00)

Programme :

- ① Psychologie des personnalités difficiles**
- ② Gestion de certains types de cas problématiques**
 - ☐ **Personnalité paranoïaque**
 - ☐ **Personnalité limite**
 - ☐ **Personnalité narcissique**
 - ☐ **Personnalité obsessionnelle**
 - ☐ **Égarement social**

Conférence donnée aux cols blancs de la ville de Gatineau (SCFP 5400)

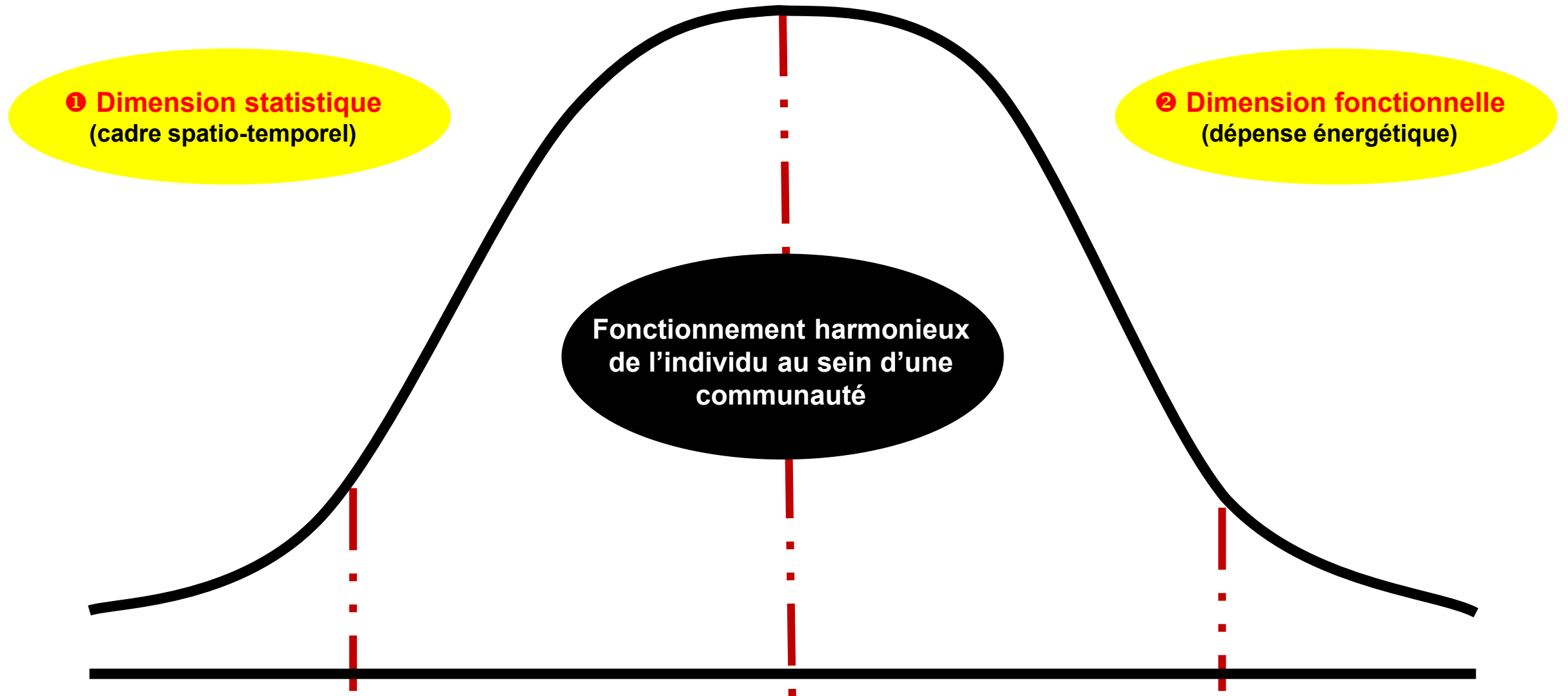


① Psychologie des personnalités difficiles



**Les troubles de la
personnalité affectent
environ 15 % de la
population.**

Définition de la normalité

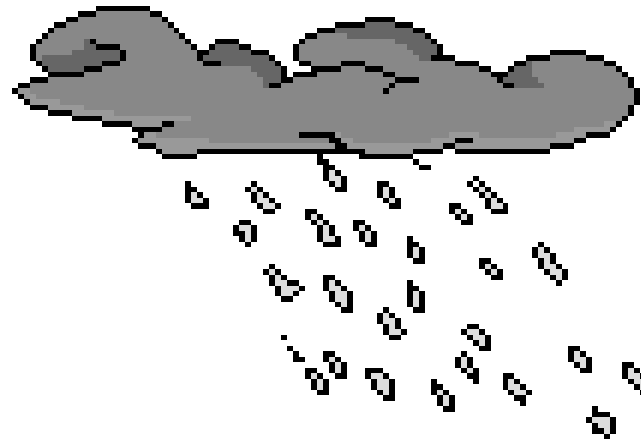


Notions d'ego-syntonie et d'ego-dystonie



**Lorsque la vie des gens est au beau fixe,
ces derniers ne se posent pas de questions.
Ils sont donc en mode ego-syntone.**

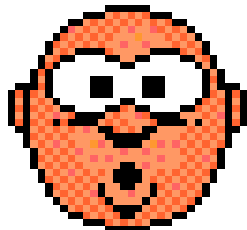
Notions d'ego-syntonie et d'ego-dystonie (suite)



Ego-syntonie

(Méconnaissance ou acceptation du caractère inadapté des conduites)

Résistance au changement



Personnalité difficile

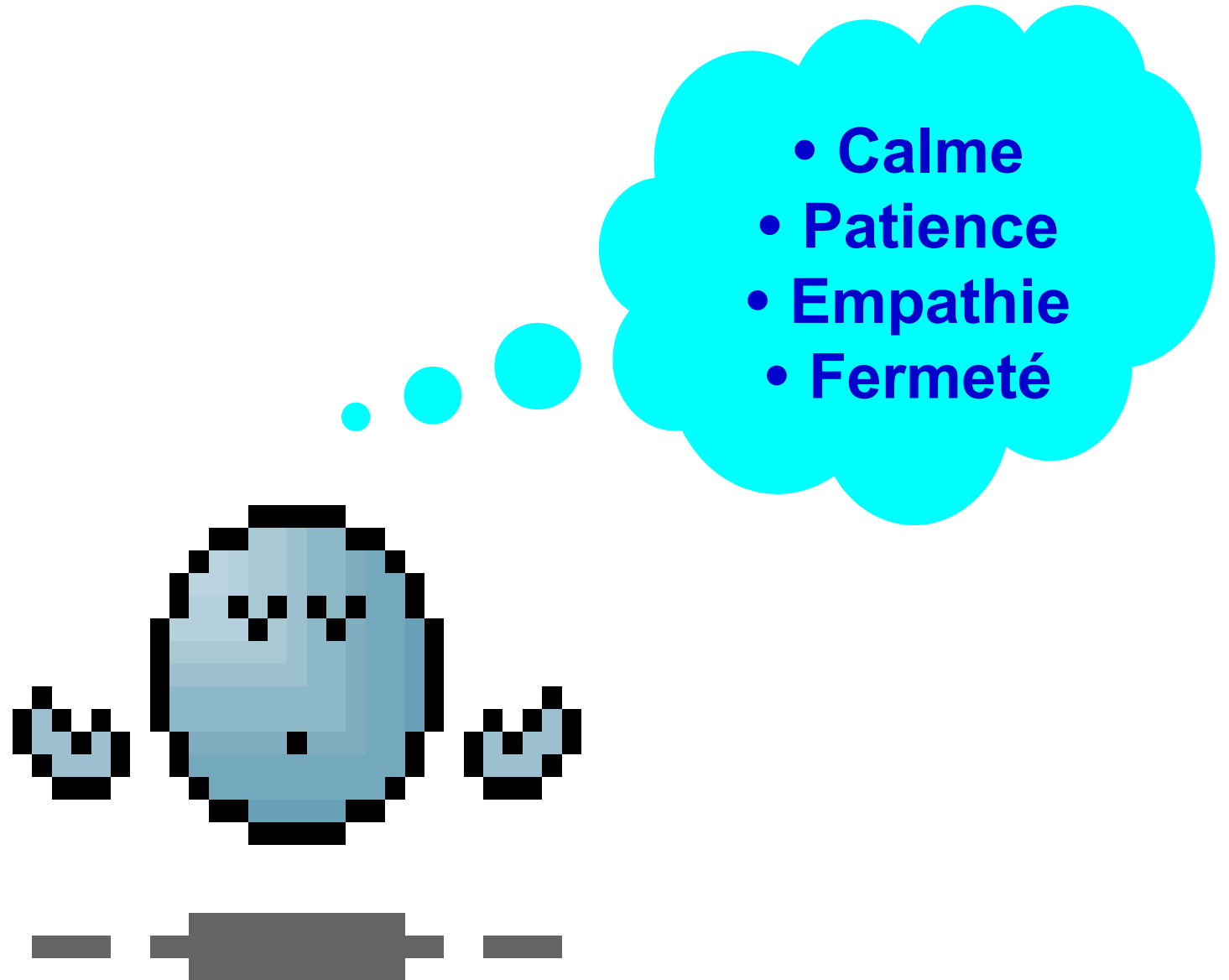
Ego-dystonie
(Conscience du caractère inadapté des conduites)

Motivation au changement



Personnalité normale

L'importance du contrôle de soi dans une perspective humaniste



Éthique, respect et dignité



**Tout le monde a le
droit de se développer
(travail et bonheur)**

Critères diagnostiques génériques

❶ Ego-syntonie



Cognition
déficiente



Affectivité
dysfonctionnelle



Anxiété
déraisonnable

❷ Récursivité

❸ Rigidité



Fonctionnement
interpersonnel lacunaire

❹ Inadéquation

❺ Exagération



❻ Souffrance

Classification catégorielle des troubles de la personnalité

Étrangeté (cognition)

Groupe A: Personnalités bizarres

- ⊙ Personnalité paranoïaque ☒
- ⊙ Personnalité schizoïde
- ⊙ Personnalité schizotypique

Groupe B: Personnalités instables

- ⊙ Personnalité antisociale
- ⊙ Personnalité limite ☒
- ⊙ Personnalité histrionique
- ⊙ Personnalité narcissique ☒

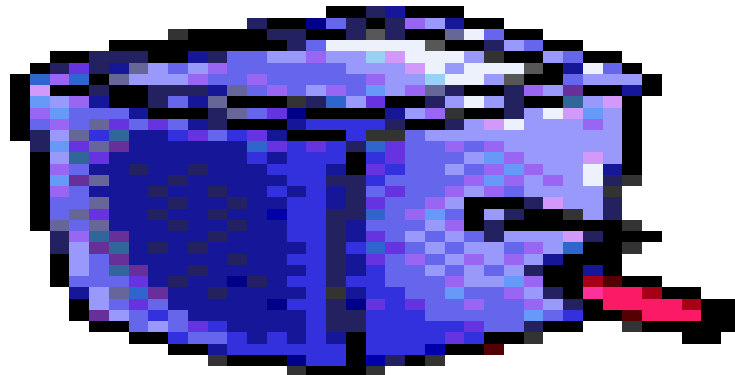
Groupe C: Personnalités anxieuses

- ⊙ Personnalité évitante
- ⊙ Personnalité dépendante
- ⊙ Personnalité obsessionnelle ☒
- ⊙ Personnalité passive-agressive

Impulsivité (émotion)

Anxiété (contrôle)

② Gestion de certains types de cas problématiques



Comprendre et agir efficacement auprès de certains types de cas problématiques



Paranoïaque

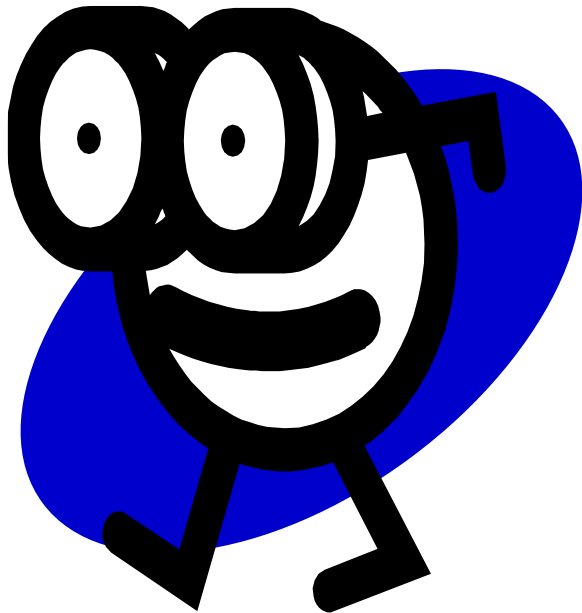


Limite

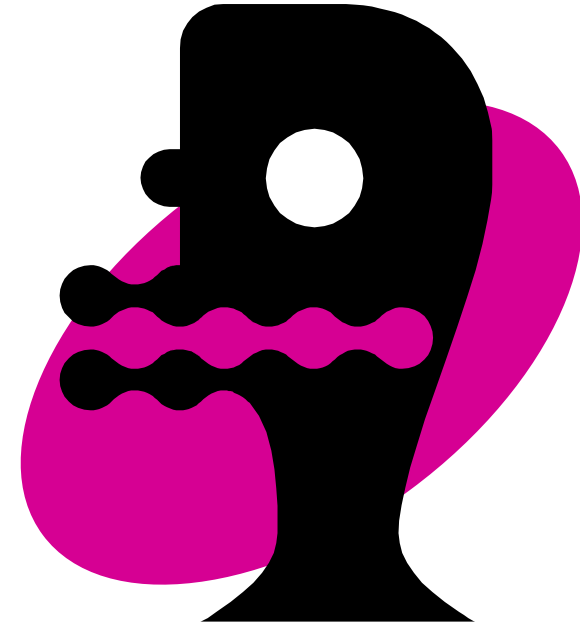


Narcissique

Comprendre et agir efficacement auprès de certains types de cas problématiques (suite)

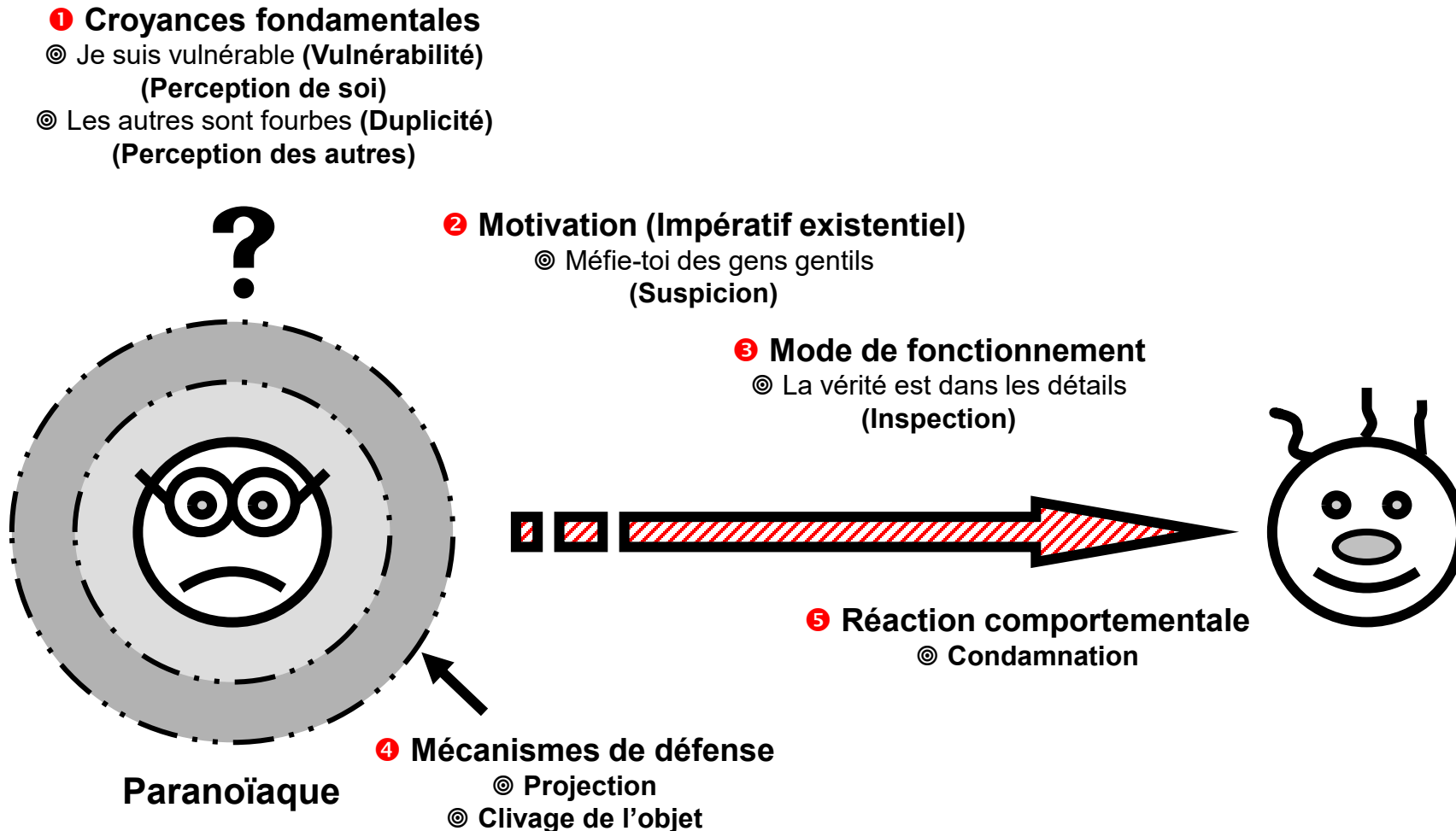


Obsessionnel



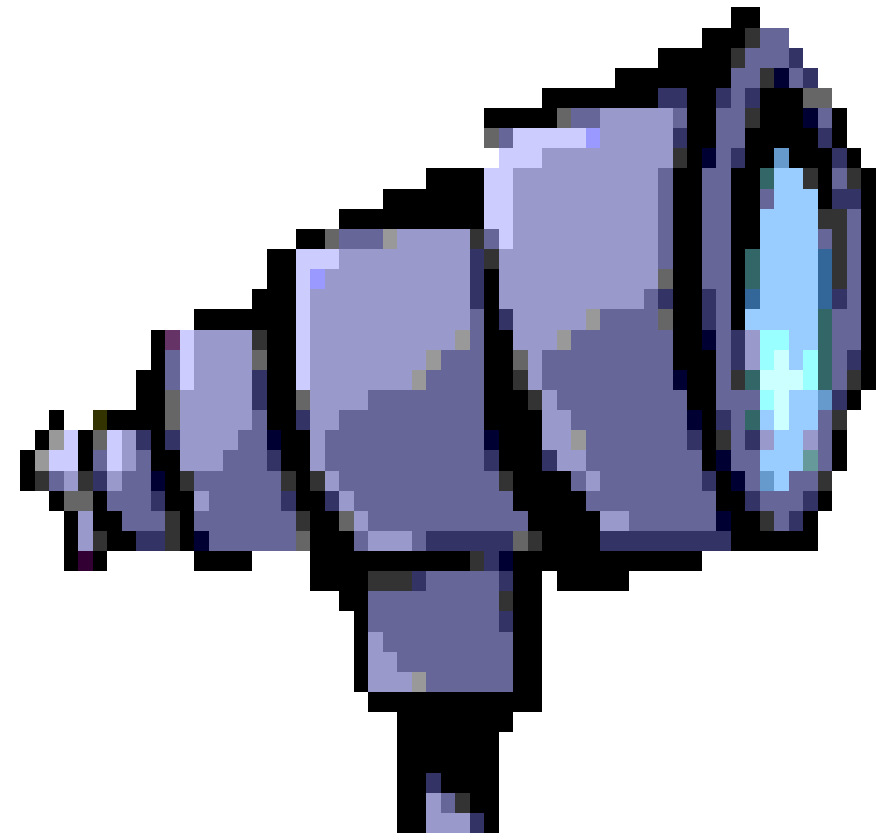
Égaré

Dynamique psycho-comportementale de la personnalité paranoïaque



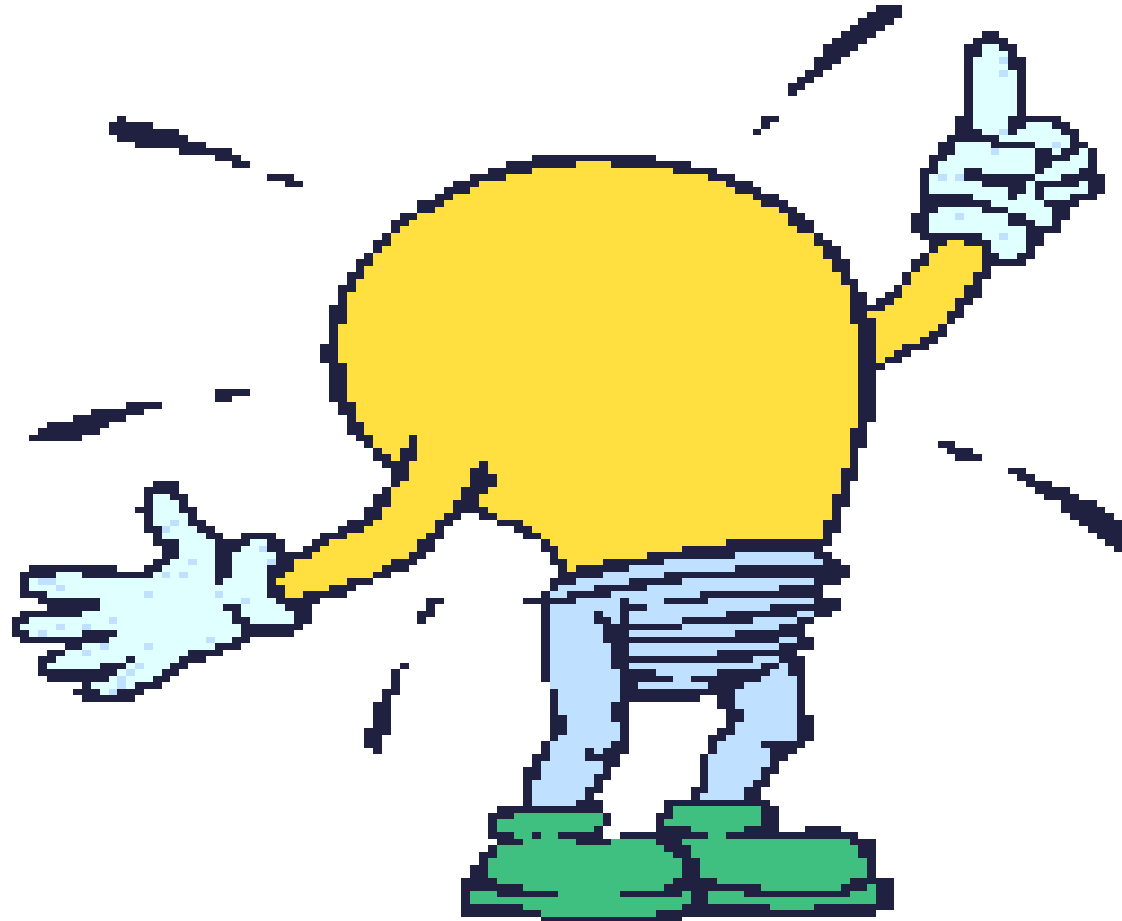
Indices d'identification de la personnalité paranoïaque

- ❶ **Lubie** pour les questions de droit et de préséance
- ❷ **Surgénéralisation** (les gens sont tous comme cela)
 - ❸ **Idées de référence** (croyance qu'une source d'information générique s'adresse uniquement à lui)
- ❹ **Très faible sens de l'humour** (prendre tout au pied de la lettre)
- ❺ **Rigidité relationnelle** (doute de la loyauté des autres)
- ❻ **Absence d'expression d'émotions positives** (signe de faiblesse)
 - ❼ **Recours aux accusations et aux menaces**



Approfondissement conceptuel

Personnalité paranoïaque



Certaines données épidémiologiques

Personnalité paranoïaque

- Prévalence globale : environ 3 % de la population
- Trouble plus fréquent chez les hommes (2 : 1)
- Prévalence plus élevée dans les familles où il y a présence d'abus émotionnels et / ou de violence physique



La quérulence

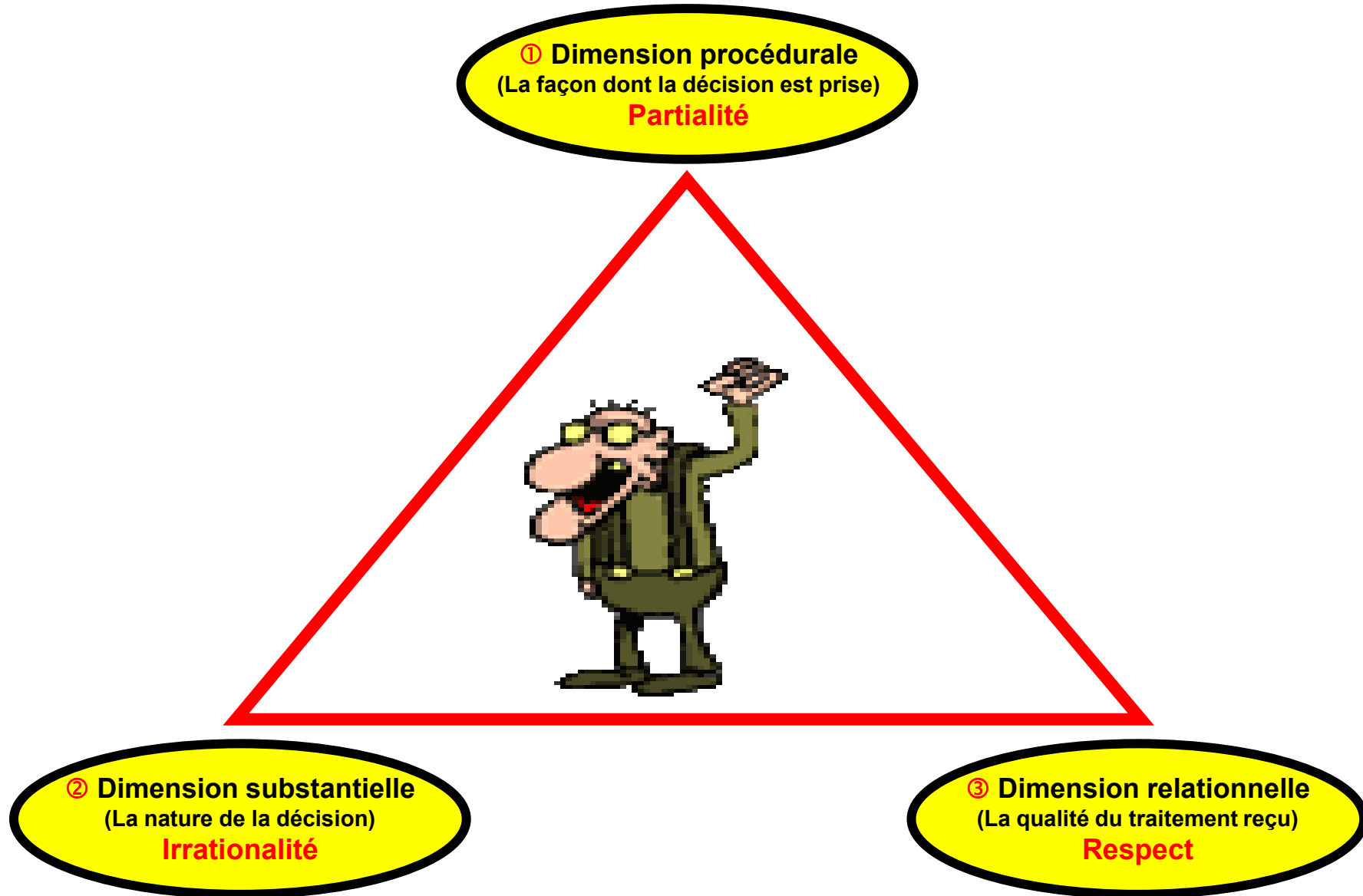


Caractéristiques de la personne quérulente

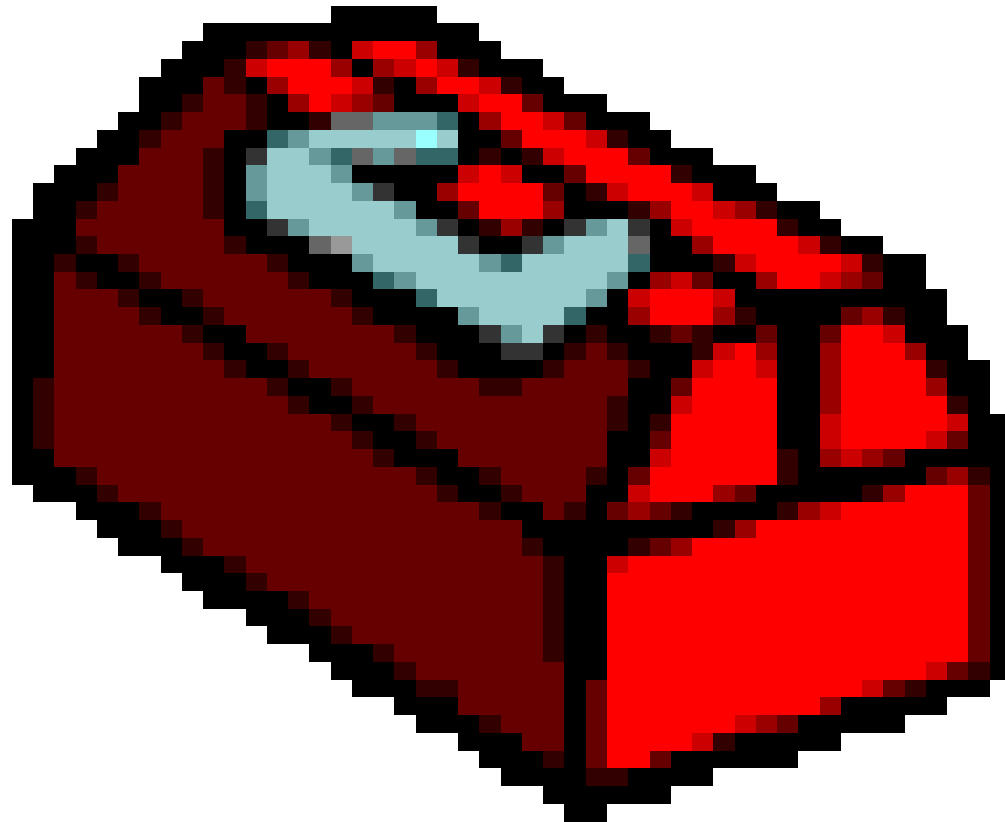
- Une **soif obsessionnelle** de justice.
- Présence d'un **délire paranoïde de revendications** (thèmes récurrents de persécution et de malveillance).
- Prévalence **masculine** plus élevée.
- Recours systématique à des **procédures lourdes** ; des **déclarations enflammées et diffamatoires** ; et des **références** (littérales, jurisprudentielles et exemplatives) **non-pertinentes**.
- Le quérulent est fondamentalement une **victime** (persécuté) d'un **système de conspirations** qui, malheureusement, décide en bout de ligne, de se représenter (poursuivant) lui-même à la Cour.
- Le quérulent **n'est nullement intimidé** par les instances juridiques (avocats, juges et tribunal).



Triangle de l'équité



Outils de gestion des comportements dysfonctionnels de la personnalité paranoïaque



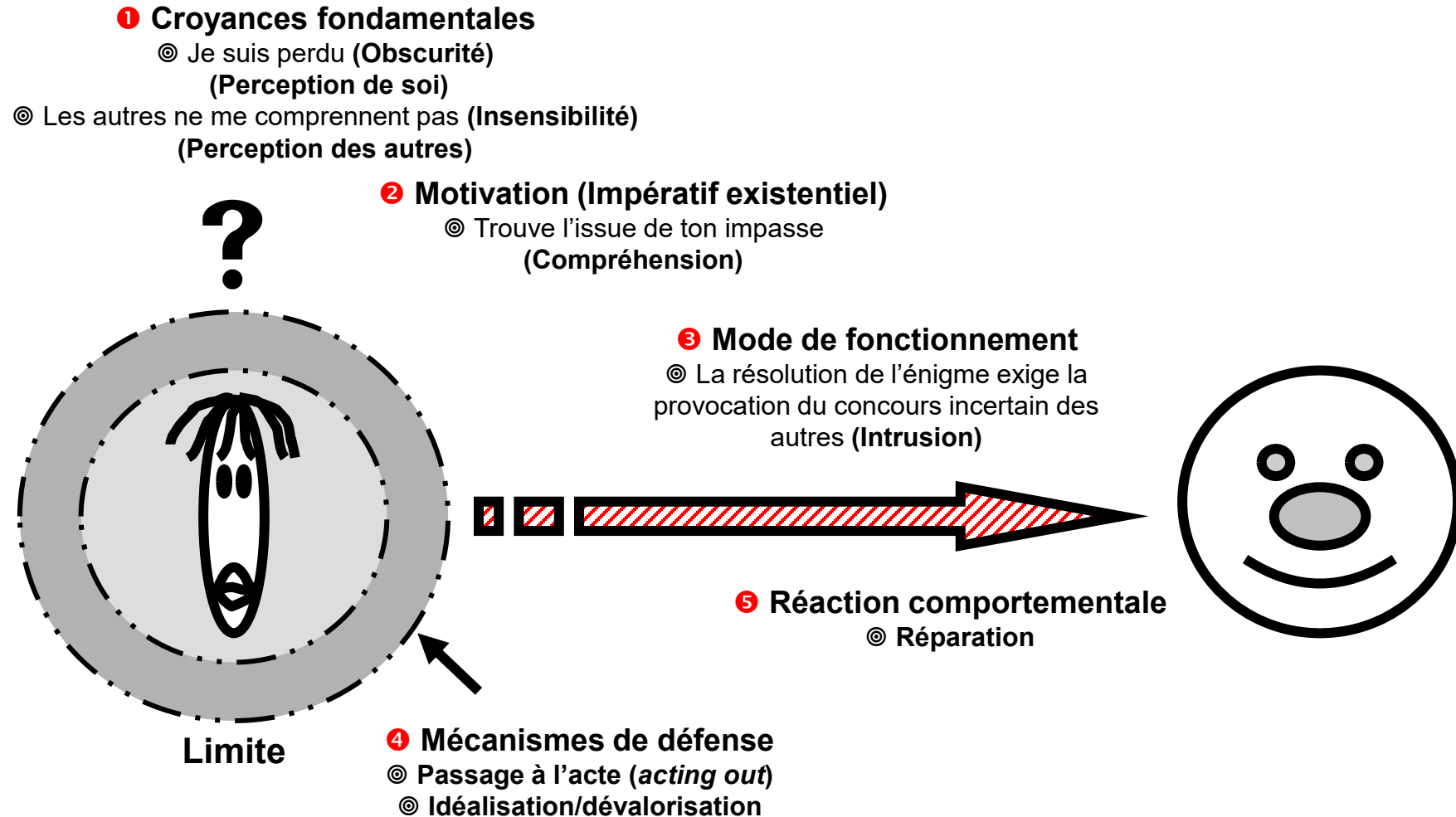


Personnalité paranoïaque

Routinisation

- ① Établir un contrat relationnel préalable
- ② Adopter le même mode d'intervention
- ③ Privilégier des formulations laconiques
- ④ Se référer aux règles formelles
- ⑤ Éclaircir systématiquement les malentendus et exiger l'adoption d'une conduite civilisée

Dynamique psycho-comportementale de la personnalité limite



Indices d'identification de la personnalité limite

- ❶ **Pensée dichotomique** (oppositions binaires)
- ❷ **Expériences psychotiques réactionnelles brèves**
(idées paranoïdes)
- ❸ **Affects très instables, intenses et contradictoires**
(humeur de base est la dysphorie avec irritabilité)
- ❹ **Sentiment de vide intérieur, d'ennui et / ou de rage**
- ❺ **Impulsivité élevée** (sexualité, dépenses, drogue et auto-agression)
- ❻ **Menaces et comportements agressifs ou autodestructeurs**
- ❼ **Réactions extrêmes pour éviter séparations et ruptures**



Approfondissement conceptuel

Personnalité limite



Certaines données épidémiologiques

Personnalité limite

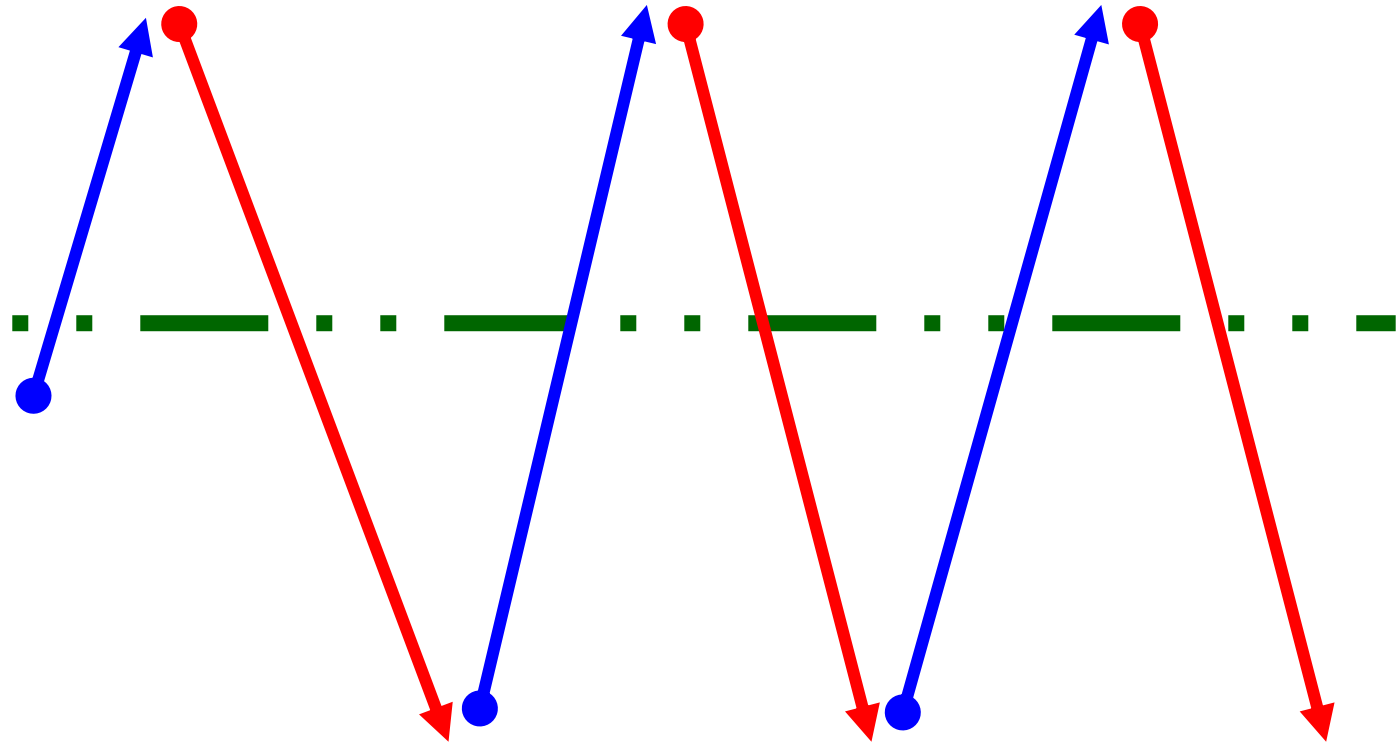
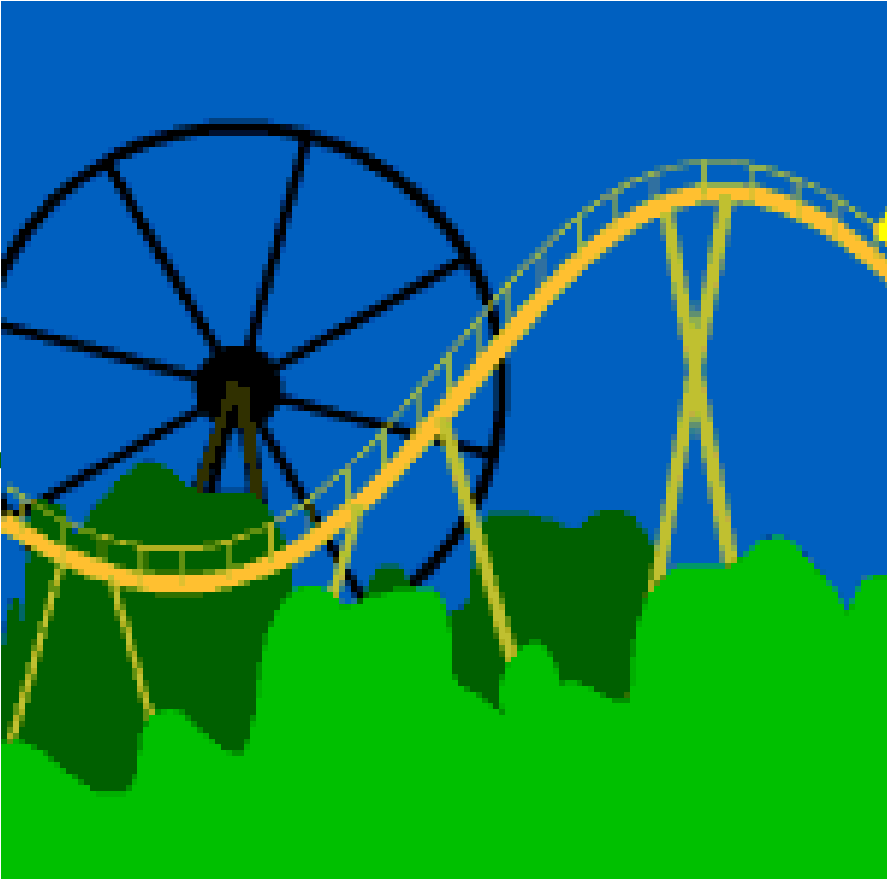
- Prévalence globale : environ 3 % de la population
- Prévalence féminine est élevée : 2 / 3
- Environ 50 % des personnes ayant un TPL feront une tentative de suicide (risque de suicide est 40 fois supérieur à celui de la population générale). Près de 10 % de cette proportion se suicideront.



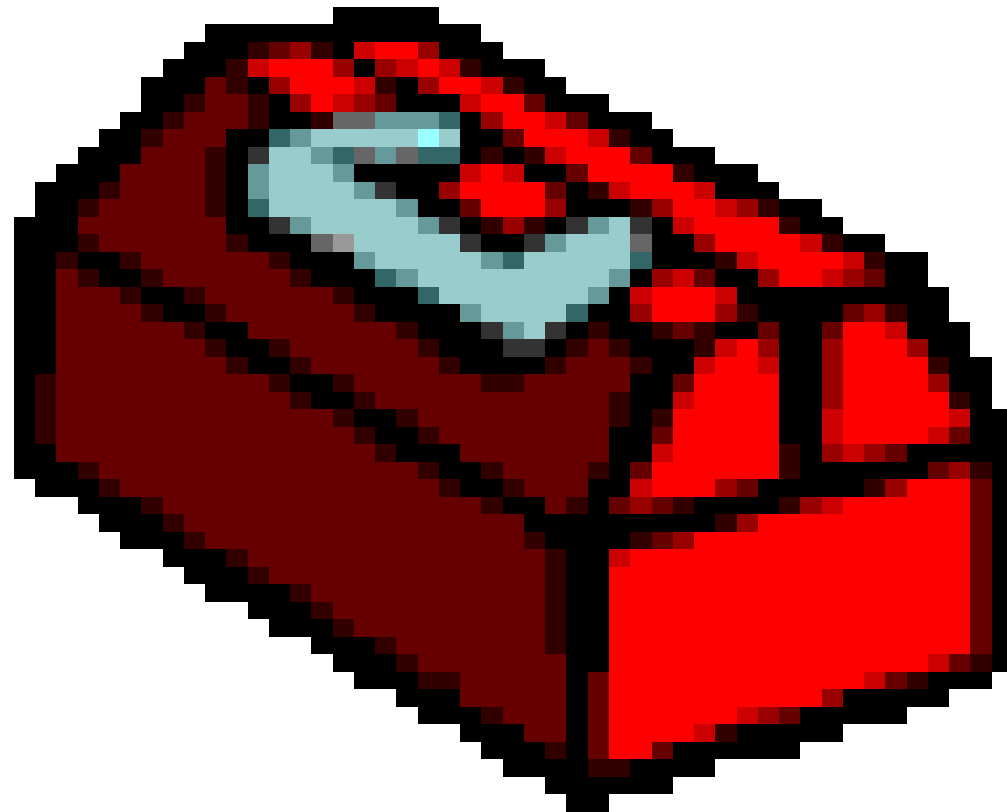
Oscillation thymique ou montagnes russes

Euphorie

Dysphorie



Outils de gestion des comportements dysfonctionnels de la personnalité limite



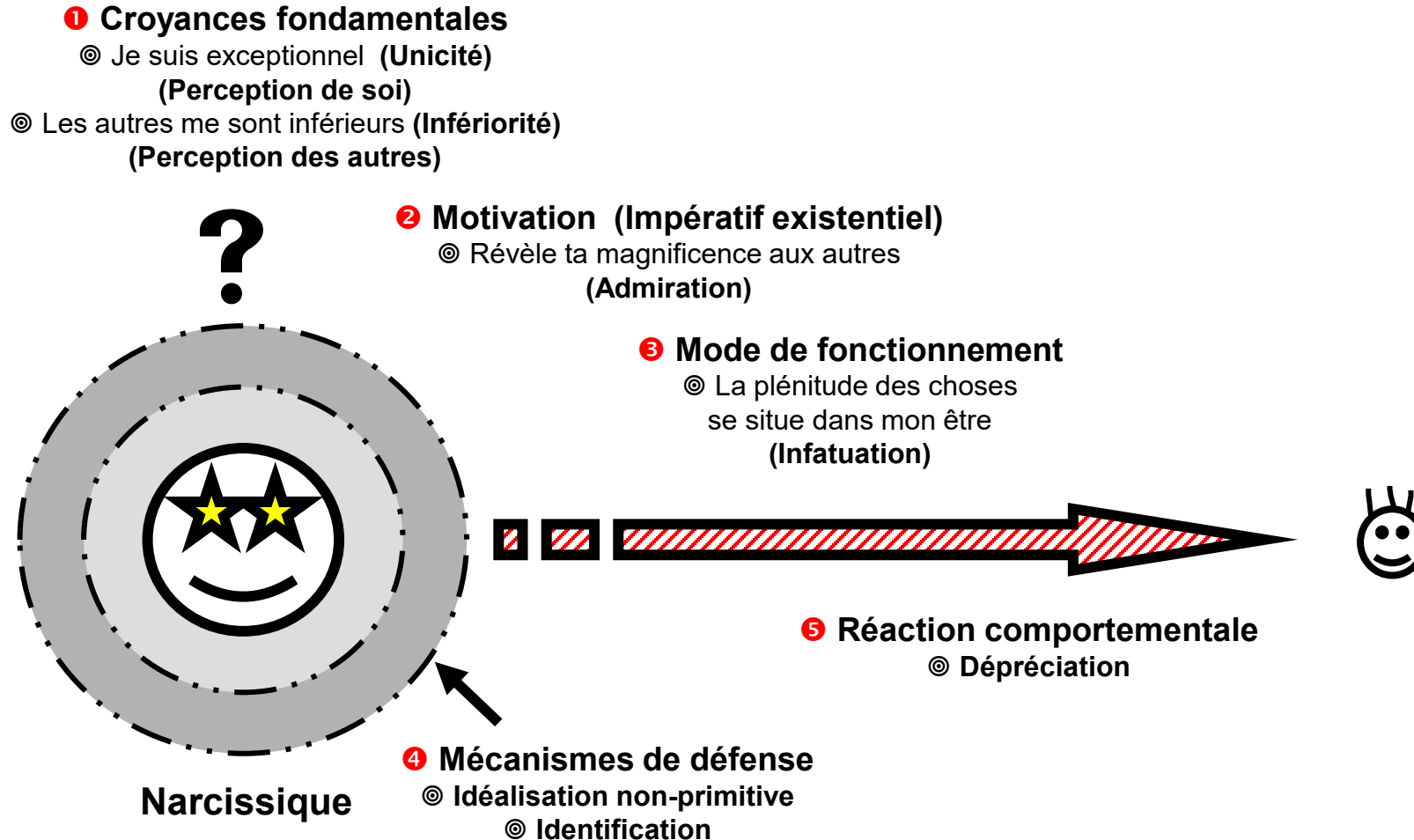


Personnalité limite

Distanciation

- ① **User de neutralité bienveillante** (empathie plutôt que sympathie ou antipathie)
- ② **Établir mutuellement un contrat relationnel**
- ③ **Intervenir alternativement** [(agir : froid) versus (contenir : chaud)]
- ④ **Fournir à la personne des informations relatives à des services pouvant lui venir en aide**
- ⑤ **Mettre en lumière les conséquences des comportements incontrôlés** (délai du traitement de sa demande)

Dynamique psycho-comportementale de la personnalité narcissique



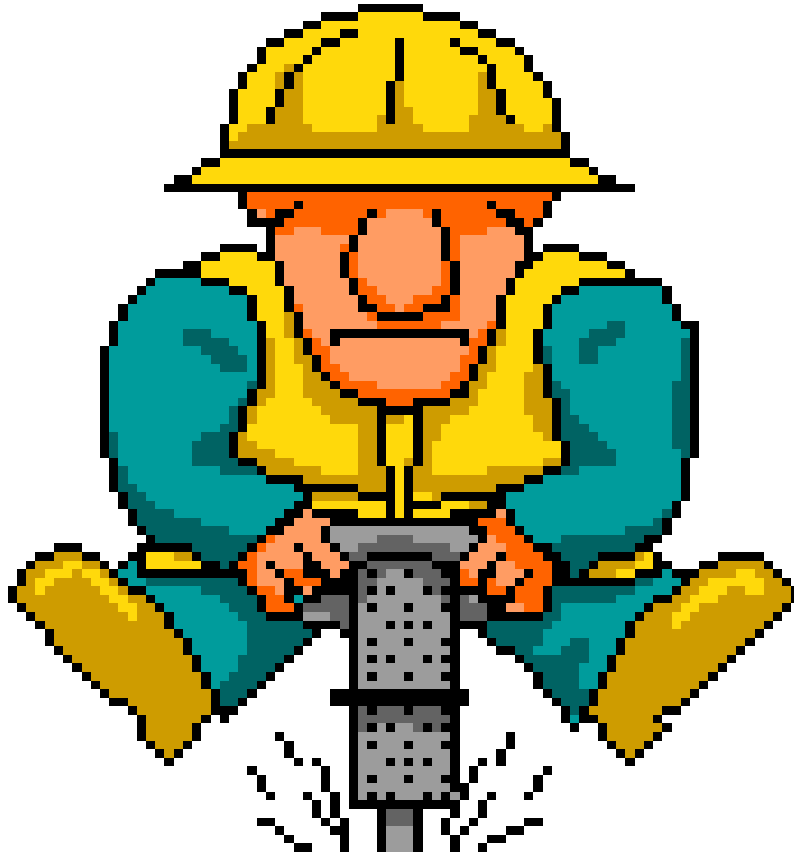
Indices d'identification de la personnalité narcissique

- ❶ **Infatuation** (le « Je » est à l'avant-scène)
- ❷ **Condescendance** (supériorité bienveillante mêlée de mépris : par exemple, « pauvre vous, je vais tenter de vous aider »)
- ❸ **Arrogance** (manque de respect : par exemple, couper la parole aux autres)
- ❹ **Auto-contact corporel**
- ❺ **Litanie nominale** (*name dropping*)
- ❻ **Image léchée** (l'apparence est très importante)
- ❼ **Grandiloquence** (grands mots et déclamation) et **gestualité théâtrale**



Approfondissement conceptuel

Personnalité narcissique



Certaines données épidémiologiques

Personnalité narcissique

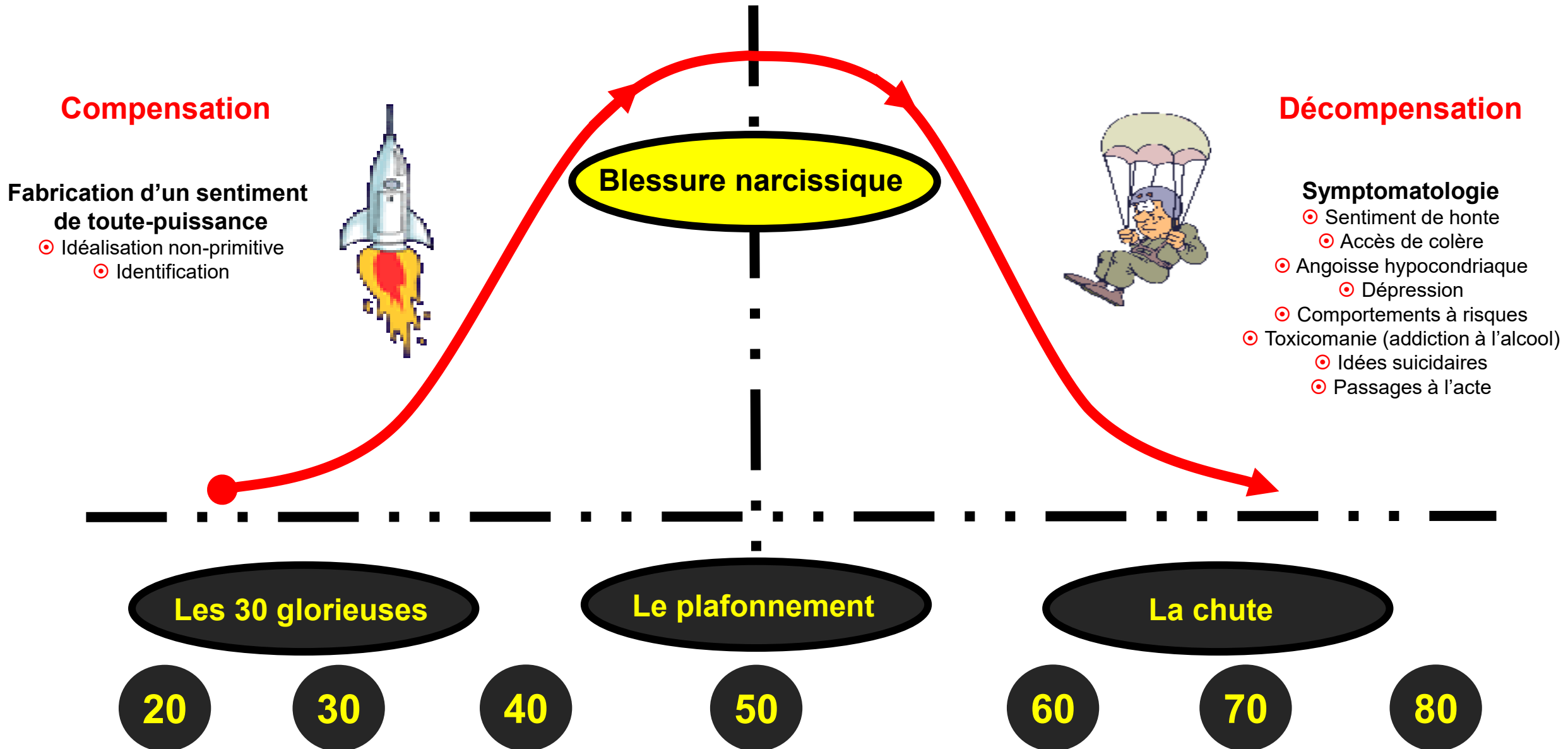
- Prévalence globale : environ 3 % de la population
- Prévalence davantage masculine : $\approx 60\%$
- Prévalence accrue dans certains secteurs d'activités offrant la possibilité de se mettre en évidence (par exemple, certaines professions libérales, les arts et la scène politique)



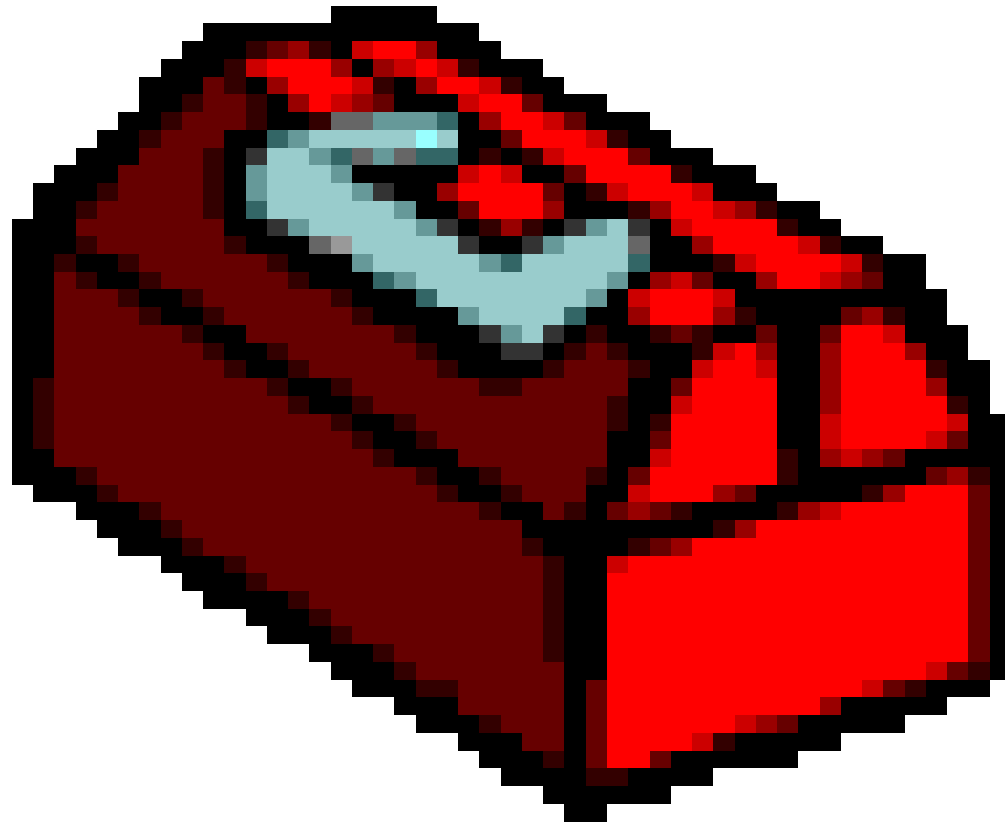
Les narcissiques vieillissent très mal

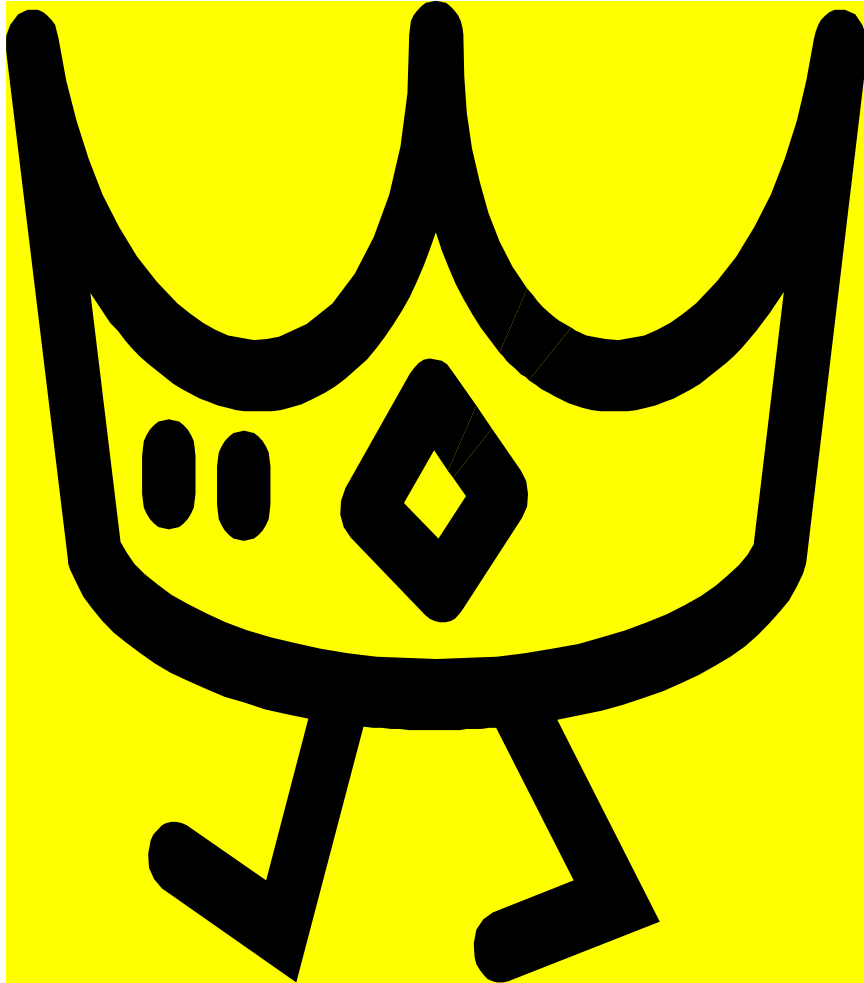


Trajectoire existentielle narcissique



Outils de gestion des comportements dysfonctionnels de la personnalité narcissique





Personnalité narcissique

Édulcoration

- ① Adopter un profil bas
- ② Camper vos interventions uniquement dans le domaine professionnel
- ③ Faire preuve de perspicacité dans vos échanges (narcissique est un manipulateur)
- ④ Souligner que son dossier recevra toute l'attention exigée en autant que certaines conditions soient respectées
- ⑤ Exprimer des commentaires strictement factuels (données observables et quantifiables)

Dynamique psycho-comportementale de la personnalité obsessionnelle

❶ Croyances fondamentales

- ⊙ Je suis responsable de moi et des autres (**Responsabilité**)
(Perception de soi)
- ⊙ Les autres ne sont pas fiables (**Défiance**)
(Perception des autres)

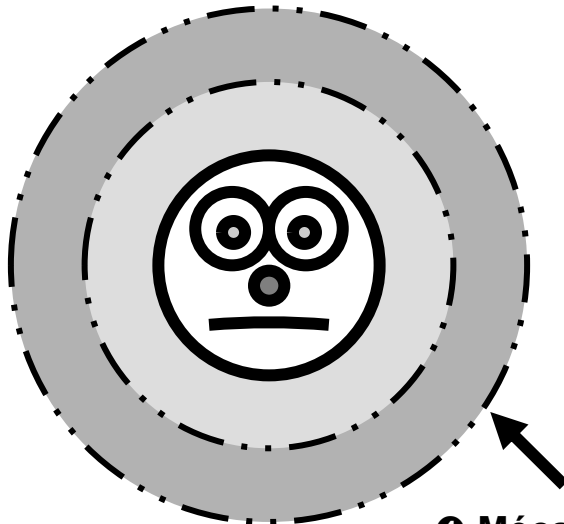
?

❷ Motivation (Impératif existentiel)

- ⊙ Je ne dois commettre aucune erreur.
(Perfection)

❸ Mode de fonctionnement

- ⊙ La précision est dans le contrôle.
(Répétition)



Obsessionnel

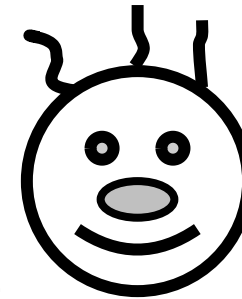
❹ Mécanismes de défense

- ⊙ Annulation rétroactive
- ⊙ Intellectualisation



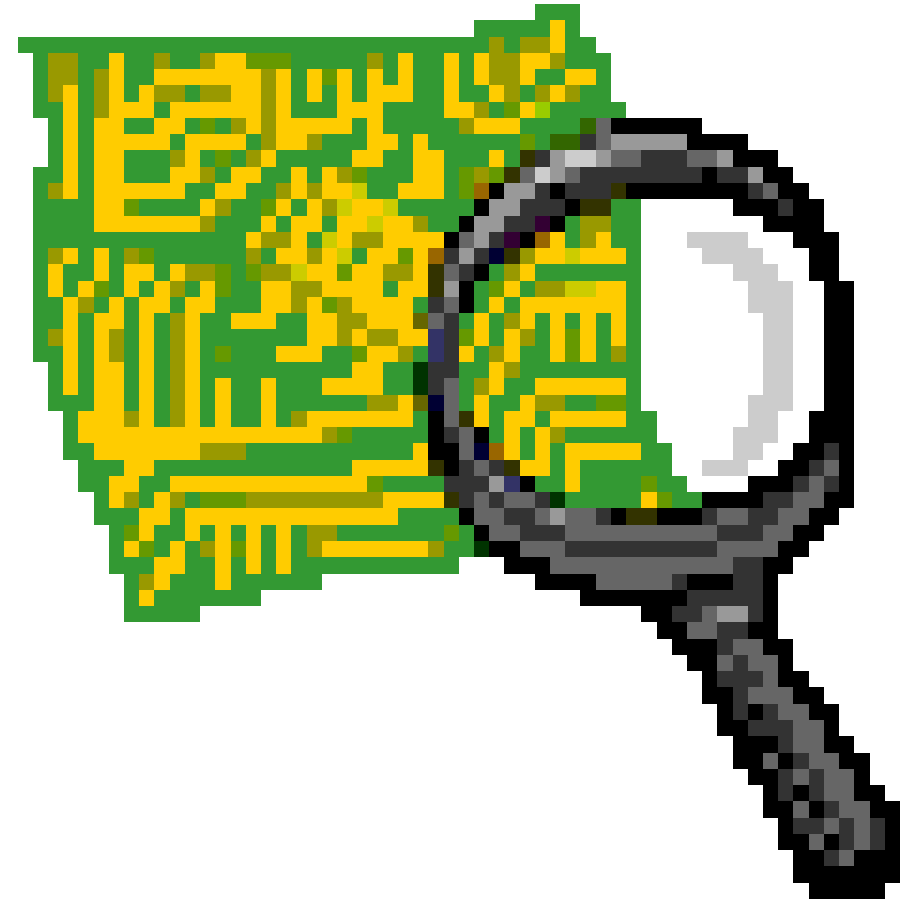
❺ Réaction comportementale

- ⊙ Mésestimation

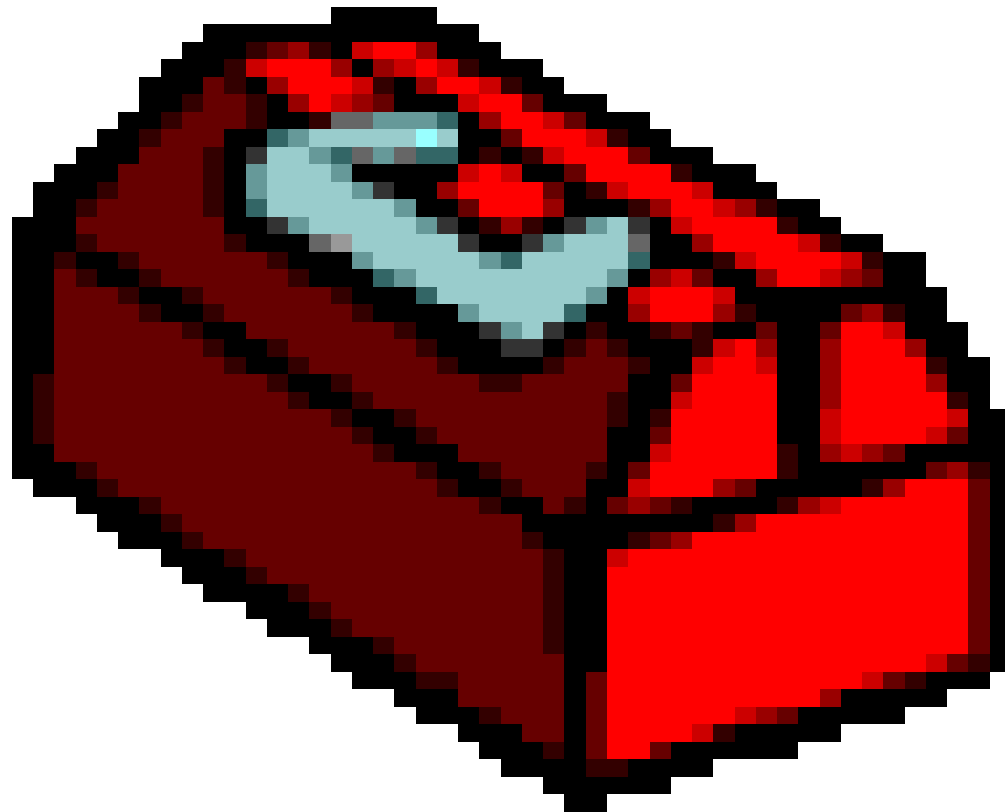


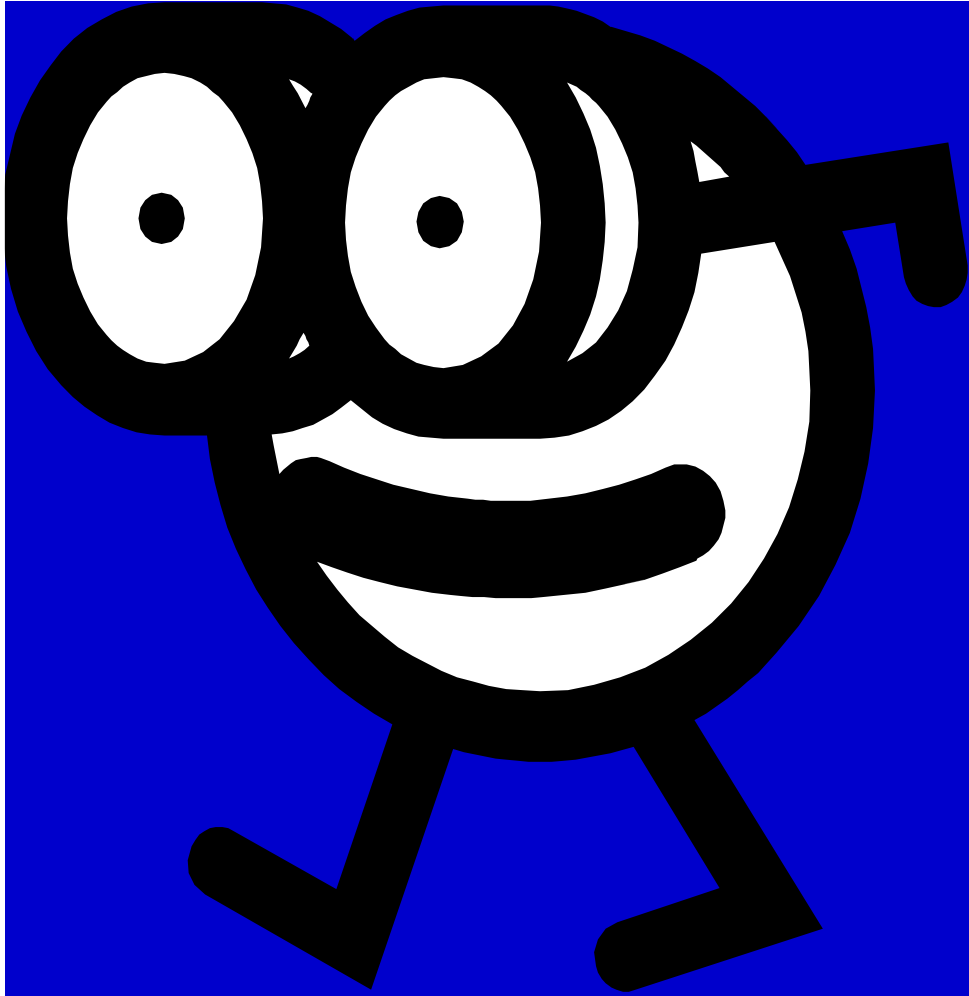
Indices d'identification de la personnalité obsessionnelle

- ① **Lubie de la logique et du détail et présence de manies** (sécurité, propreté et rangement)
- ② **Carence en matière de bon sens** (esprit de synthèse peu développé)
- ③ **Froideur relationnelle** (camouflage des affects pour sauver les apparences)
- ④ **Absence de prise de décision** (paralysie par et dans l'analyse)
- ⑤ **Shouldismes** (impératifs existentiels)
- ⑥ **Conformisme** (propension pour le respect de l'ordre établi)
- ⑦ **Investissement presque absolu dans le travail**



Outils de gestion des comportements dysfonctionnels de la personnalité obsessionnelle





Personnalité obsessionnelle

Exemplification

- ① Se montrer fiable et prévisible
- ② Se référer à des principes rationnels et logiques
- ③ Étayer vos interventions sur des données factuelles quantifiées
- ④ Limiter l'argumentation par l'utilisation de résultats probants
- ⑤ Promouvoir les bienfaits de la détente

Approfondissement conceptuel

Personnalité obsessionnelle



Certaines données épidémiologiques

Personnalité obsessionnelle

- Un des troubles de la personnalité les plus courants dans la population générale : prévalence globale est d'environ 5 % de la population
- Trouble plus fréquent chez les hommes (2 : 1)
- Certains traits héréditaires (compulsivité, registre émotionnel restreint et perfectionnisme) pourraient participer à l'apparition de ce trouble



Comparaison entre le trouble de la personnalité obsessionnelle-compulsive (POC) et le trouble obsessionnel-compulsif (TOC)

Principales spécificités	Trouble de la personnalité obsessionnelle-compulsive (POC)	Trouble obsessionnel-compulsif (TOC)
Élément pathologique central	Préoccupation persistante et excessive pour la perfection, l'ordre, le respect des règles, le contrôle interpersonnel et la dévotion au travail	Sujétion à de pénibles obsessions disparates et absurdes eu égard au bon fonctionnement de la personne
Manifestation des difficultés	Généralisée à l'ensemble des sphères d'activités de la personne	Axée sur de multiples thèmes dont les principaux sont : le surnaturel, la pureté, la symétrie et la protection.
Expérience subjective	Égosyntonique • Absence de prise de conscience de la nature inadaptée du mode de fonctionnement • Justification des façons de faire considérées normales et nécessaires à l'obtention de l'efficacité et de la qualité	Égodystonique • Prise de conscience de la nature inadaptée du mode de fonctionnement • Effort déployé pour résister aux compulsions futiles et gênantes permettant néanmoins un certain soulagement
Nature de l'anxiété	Anxiété de perfection inconsciente (crainte tacite de ne pas rencontrer les normes)	Anxiété d'aliénation consciente (crainte manifeste de perdre le contrôle de sa vie)

L'égarement



① Insouciance consumériste



En 2025, le jour du dépassement fut jeudi le 25 juillet.

À cette date, l'humanité avait consommé toutes les ressources que la Terre avait générées en une seule année.

Les 160 jours restants se sont passés en déficit écologique.

② Confusion des états psychiques

Plaisir
(Emballement)



Bonheur
(Contentement)

Différences fondamentales entre le plaisir et le bonheur

Principales composantes	Plaisir (Hédonisme : la recherche du plaisir)	Bonheur (Eudémonisme : la recherche du contentement)
Nature de l'élément déclencheur	Matérielle Consommation de biens ou de services	Immatérielle Adoption d'un mode de vie
Teneur de la satisfaction	Partielle (sensorielle)	Totale (mentale)
Nature de la motivation	Instinctuelle Recherche facile de sensations agréables	Spirituelle Investissement dans l'émergence d'un sentiment de quiétude
Incidence de la motivation	Emballement Intensification des désirs Addiction des conduites (« J'aime cela et j'en veux plus ») Dépendance	Contentement Affranchissement des désirs Actualisation de la plénitude (« J'aime cela et j'en ai assez. ») Affirmation
Type de neurotransmetteurs impliqués	Dopamine Excitateur	Sérotonine Inhibiteur

③ Triomphe de l'expression

Opinion
(« Je pense que ... »)

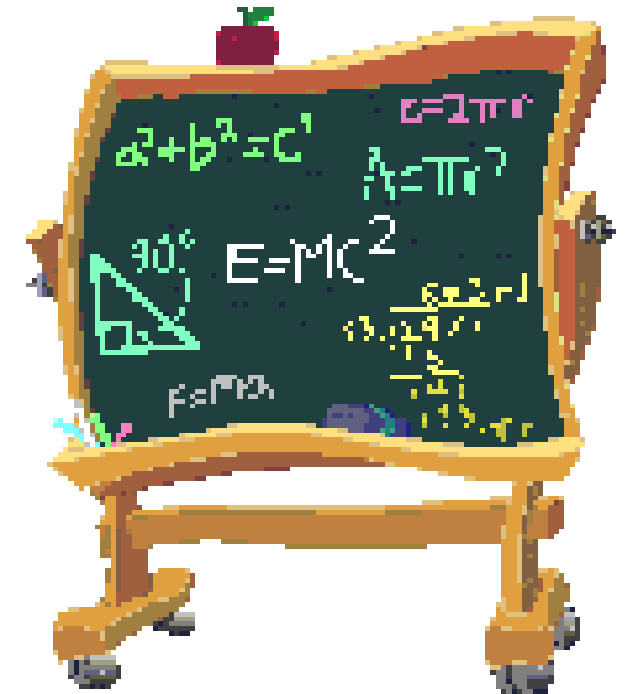


Démonstration
(« Voici pourquoi : »)



Ø Débat

(argumentation logique étayée
par des données probantes)



L'effet Dunning-Kruger

Ceux qui en savent le moins sur un sujet croient en savoir le plus !



Quatre étapes de l'apprentissage

Conscientisation

Conscience

2 Analyse erronée
Incompétence consciente

Apprenant

Conscientisation
(Je sais que je ne sais pas)



3 Analyse juste
Compétence consciente

Professionnel

Progression
(Je sais que je sais)



Inconscience

1 Intuition erronée
Incompétence inconsciente

Ti-coune

Présomption
(Je ne sais pas que je ne sais pas)



4 Intuition juste
Compétence inconsciente

Maître

Assimilation
(Je ne sais plus que je sais)



Incompétence

Formation

Compétence

Outils de gestion appropriés à l'égaré



Simplisme
(« J'ai entendu dire que... »)

Désinformation

Outils de gestion appropriés à l'égaré (suite)

Conseils	Exemples
① Rectification (Reprenez poliment la personne)	• « Ce que vous dites n'est pas tout à fait exact. »
② Information (Fournissez les renseignements véridiques)	• « Voici les informations que nous avons à ce sujet. »
③ Justification (Demandez à la personne de vous préciser ses sources d'information)	• « Qui vous a dit cela ? »
④ Stimulation (Invitez la personne à approfondir ses connaissances)	• « Je vous invite fortement à consulter les documents suivants : ... »

Merci de votre accueil !

Je vous souhaite un printemps des plus agréables !



Période de questions

