

Les typologies psychiques, des outils de connaissance de soi

Julie Saint Bris

Paru dans **La Croix**, le 16 juin 2023 - Chronique « de l'intérieur » - Cahier religion et spiritualité du vendredi.

Chronique

Les typologies psychiques ne sont que des outils de connaissance de soi explique Julie Saint Bris, qui met en garde contre toute absolutisation de théories ou de techniques qui peuvent servir à exercer un pouvoir et une emprise.

Lorsque dans ma jeunesse il a fallu m'initier à la philosophie, il m'a été très difficile de prendre en considération des idées sans savoir d'où elles venaient. Ce qui m'intéressait, c'était la personnalité de leur auteur, son histoire, les expériences qui avaient pu influencer ses élaborations conceptuelles. Je ne pouvais m'empêcher de penser qu'elles étaient forcément influencées par leur subjectivité. Un jour, je suis tombée sur une phrase de C. G. Jung qui m'a éclairée : « Tout jugement d'un homme est limité par son type personnel et chaque façon de voir est relative. »

Que voulait signifier Jung, qui était psychiatre, en parlant du « type personnel » de chacun ? De manière empirique, il a cherché à comprendre ce qui pouvait différencier ses patients dans leur manière d'aborder le monde et de se ressourcer, et constaté des mécanismes psychiques caractérisant deux types de base : l'extraverti, plus intéressé par le monde extérieur et les relations, et l'introverti, orienté plus naturellement vers son monde intérieur.

Peu à peu, il a observé également que l'on pouvait prendre conscience de la réalité sur quatre modes différents : la sensation, l'intuition, la pensée et le sentiment. La sensation permet de percevoir les choses par le biais des sens, et l'intuition nous les fait pressentir. Ce sont deux fonctions qu'il a qualifiées d'irrationnelles, auxquelles correspondent deux autres qualifiées de rationnelles, qui permettent de différencier et de discerner : la pensée (qui établit des relations entre les choses) et le sentiment (au sens de : « j'ai le sentiment que... », qui évalue, intègre ou rejette).

Jung insiste sur le fait qu'en aucun cas il n'a cherché à caractériser des personnalités de manière enfermante, mais seulement à effectuer un classement. Cette typologie est utile pour prendre conscience de nos fonctionnements, pour mieux comprendre ceux des autres, qui paraissent si différents et nous semblent réagir parfois si étrangement. Mais surtout, elle s'insère dans une dynamique d'évolution, d'humanisation. Chacun utilise une fonction dominante de manière naturelle, pour des raisons innées ou

acquises, et l'intérêt, c'est de développer progressivement au cours de la vie celles qui sont restées plus inconscientes.

Cette typologie a été développée aux États-Unis pour élaborer un test très utilisé dans le monde du travail, le MBTI. Mais les typologies psychiques ne sont que des outils de connaissance de soi. L'ennéagramme – auquel je ne connais pas grand-chose, mais qui me semble avoir aidé un certain nombre de personnes que j'ai rencontrées à prendre conscience de leur fonctionnement et à avoir des relations plus apaisées avec leur entourage, c'est déjà pas mal – a fait récemment l'objet d'une controverse. Est-ce que cela tient à son contenu ou à la tendance intrinsèque de l'humain à l'idolâtrie (dénoncée tout au long des récits bibliques) ? Tendance qui se traduit, entre autres, par une absolutisation de théories ou de techniques, dont on se sert pour exercer un pouvoir et une emprise. Et là, aucun type n'est à l'abri de la « gourouisation »...