

Perturbation du geste graphique

Signaux de la dépression et du stress chronique

La dépression et le stress chronique tendent à devenir un phénomène de civilisation : celui de notre civilisation contemporaine. A tel point qu'il y a une sorte de banalisation de l'aspect pathologique de ces deux perturbations qui semblent s'intégrer dans le tissu sociétal comme une évidence, un comportement quasi collectif inévitable un jour ou l'autre.

L'immense supermarché qu'est devenu notre planète, avec Internet en particulier, va même jusqu'à valoriser la résistance au stress comme un facteur d'engagement permettant aux multinationales, aux instituts boursiers ou aux grandes usines de faire de l'argent en pressant comme des citrons leurs employés, cadres et dirigeants jusqu'à ce qu'ils tombent en dépression pour ensuite les remplacer par un nouveau candidat, le temps qu'ils se remettent si tel en est le cas.

Un cycle très pervers paraît ainsi s'instaurer : en raison d'un stress chronique pour différentes raisons endogènes ou exogènes et parfois les deux en même temps, le seuil de tolérance s'élève pour devenir insupportable.

Comme dit le proverbe persan : « Plus le singe monte haut et plus il montre son derrière ». Or, arrivé à l'ultime impossibilité qui conduit en général au « burn out » professionnel, familial ou conjugal, ce sommet de ras-le-bol définitif une fois atteint se convertit en dépression nerveuse inéluctable. Ce mécanisme cyclique peut être entretenu toute une vie à l'insu même de la conscience claire du scripteur.

Effets et signes de la dépression

En effet, le dépressif qui veut s'en sortir tirera alors de lui-même le maximum de ressources énergétiques pour se réintégrer dans la vie professionnelle ou sociétale. Ce qui le replacera à nouveau dans une situation de stress perçue comme presque normale dans notre morale collective de performance qui conduit à ces états de souffrance.

Le geste graphique sera alors effectivement perturbé, comme d'ailleurs les macro gestes ou les micro gestes comportementaux observables directement de deux façons principales : par la dépression qui montre une impuissance à faire face au stress ou ce qui est ressenti comme stressant ; par les tentatives de compensation à cette dépression due au stress chronique qui peuvent générer ces hyperactivités multiples à l'origine d'inflations diverses du moi, considérées comme des névroses, allant de la paranoïa au perfectionnisme, en passant par les manies, l'histrionisme (du latin *histrion* = acteur bouffon) ou des tendances agressives pour résumer un éventail bien étendu en ce domaine.

La dépression qui va de la déprime mineure à la dépression sévère se manifeste par la tristesse, la morosité, l'absence de désir, un sentiment d'inutilité ou d'ennui profond dans une situation anxieuse à peu près permanente.



Maxence Brulard

Genève

Signaux graphiques révélateurs de la dépression

Presque tous les genres majeurs qui constituent le squelette sur lequel s'articulent les signaux graphiques révélateurs sont concernés. Le trait sera pâle, délavé, c'est-à-dire privé d'encre, ce qui montre aussi bien une fatigue passagère qu'une faiblesse énergétique, un manque de motivation et une diminution de la capacité à s'engager. Le rythme perd de son dynamisme moteur, il se ralentit, l'écriture semble stagner avec des ruptures de cohésion et des arrêts réflexifs qui ralentissent la progression.

Les formes graphiques ont tendance à se rapetisser par économie d'énergie et l'écriture apparaît écrasée, ce qui se manifeste par une diminution de la hauteur des hampes voire des jambages. Des formes inachevées « irruptent » dans le graphisme avec des lettres dont les finales deviennent filiformes (fig. 1). D'autres lettres sont maculées d'encre dans les œilletons (diminutif de œil, un œilleton est une pièce de forme ronde adaptée à l'oculaire d'un télescope ou d'une caméra ; terme utilisé en graphologie pour décrire la rondeur de certaines lettres) c'est-à-dire dans tout ce qui fait boucle comme a, e, o, d... (fig. 2).

A un niveau plus avancé, la présence de cabossage (petite dépression ou micro courbe affectant le trait droit d'un d, d'un j, d'un p ou d'un t) et des torsions donneront une impression de flottement du trait qui par nature devrait être droit (fig. 3).

Dans le genre espacement, on ne manquera pas d'observer soigneusement ce qu'on appelle les espaces lacunaires, c'est-à-dire plus trivialement les blancs qui existent entre les lettres, entre les mots et entre les lignes (fig. 2 et 3). Ils montrent le degré d'isolement par rapport au monde que ressent le scripteur affecté de plus par une sorte de fragmentation en lui-même.

Dans le genre orientation, souvent les lignes chutent en fin de ligne voire en fin de mots. Dans les dépressions sévères, c'est tout l'ensemble des lignes qui semble partir en oblique vers le bas et qu'on qualifie d'écriture descendante (fig. 4).

Signaux graphiques révélateurs du stress chronique

Dans les états d'excitation du scripteur, donc soumis à des stress chroniques, et pour tenter d'y faire face, le trait est plus rapide mais

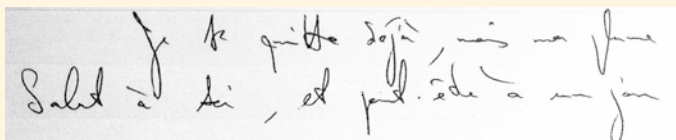


Fig. 1: Homme de 33 ans. Tendance dépressive. Ecriture filiforme et gladiolée, zone médiane écrasée, formes inachevées

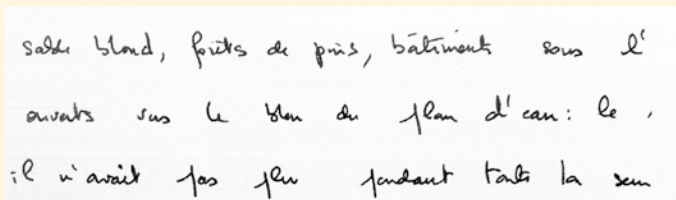


Fig. 2: Femme de 26 ans. Phases dépressives. Ecriture petite. Espaces entre les mots. Œilletons (a, e, o) maculés d'encre

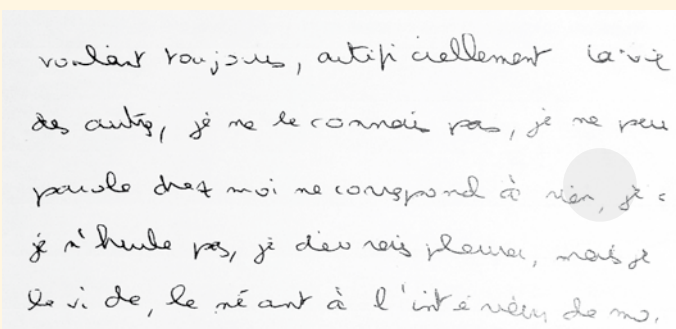


Fig. 3: Homme de 20 ans. Dépression mélancolique. Ecriture saccadée et cabossée. Zone médiane écrasée. Trous dans les mots

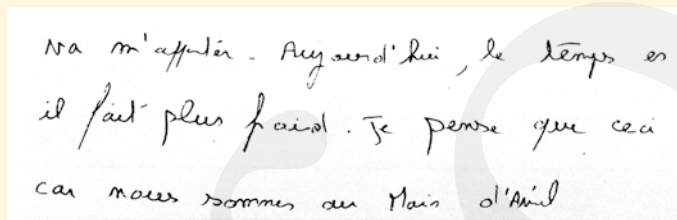


Fig. 4: Homme de 27 ans. Dépression réactionnelle. Ecriture inégale de direction, descendante

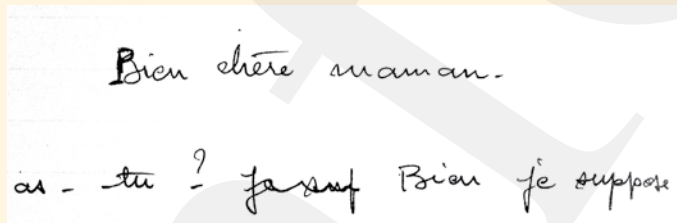


Fig. 5: Femme de 37 ans. Dépression. Ecriture retouchée et raturée.

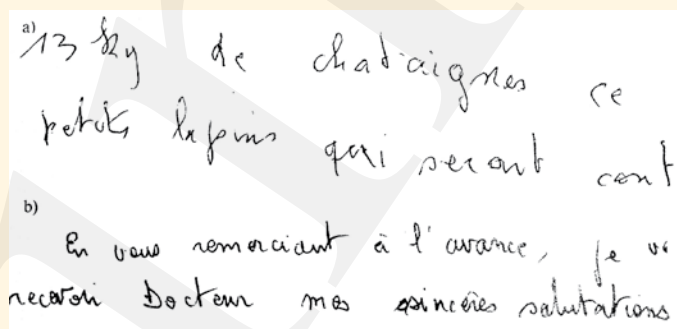


Fig. 6: Femme d'âge indéterminé. Dépression mélancolique. a) avant l'effet du traitement: écriture cabossée, tremblée, espaces entre les mots; b) sous traitement antidépresseur: espaces entre les mots persistant mais graphisme mieux organisé

souvent au détriment de la lisibilité. Il est parfois lancé ou gladiolé (du mot glaive; les lettres s'amenuisent en fin de mot et se terminent en pointe, en forme de glaive) ce qui signifie la tendance à l'agressivité soit intellectuelle critique soit défensive ou hyper réactive (fig. 1).

Le rythme est ample, agité et irrégulier, comportant de nombreuses saccades (écriture trépidante, heurtée avec un déroulement dysharmonique du geste graphique) (fig. 3). L'inflation émotionnelle ne peut plus être contenue et donc va distordre l'effort rationnel tendant à une lisibilité maîtrisée.

La dimension est souvent plus grande que la norme conventionnelle, impliquant le besoin d'espace aussi bien social que psychologique du scripteur dans son environnement qu'il tente de maîtriser. Ce qu'on appelle la motion scripturale va donc naturellement générer des mouvements excessifs et difficilement contrôlés qu'on pourrait comparer à des turbulences.

C'est enfin surtout dans l'ordonnance qu'on repère au mieux les scripteurs stressés chroniques dont le geste consiste à enchevêtrer des mots ou des lettres les uns aux autres, à libérer beaucoup de surcharges dans ce qu'ils écrivent par des maculations diverses et inattendues quant à la logique de la motion scripturale. Souvent aussi, on rajoute et on rature (fig. 5).

L'intelligence de l'écriture consiste dans ces situations à pouvoir révéler, dans sa vraie nature, l'état de conscience profond du scripteur indépendamment de tous les artifices comportementaux qu'il

cherche à présenter formellement pour échapper à l'angoisse d'être vu comme stressé.

Pour terminer, il est important de signaler l'amélioration possible du geste graphique sous traitement antidépresseur (fig. 6).

Messages à retenir

- ◆ Le stress chronique et la dépression modifient les comportements et les gestes et, parmi ces derniers, le geste graphique.
- ◆ Les principales altérations du tracé sont : une écriture écrasée, saccadée, cabossée, descendante, des lettres filiformes, gladiolées ou maculées, des rajouts et des ratures.
- ◆ Comme dans la maladie de Parkinson, le traitement médicamenteux spécifique, ici d'antidépresseurs, améliore le tracé de façon visible.

Maxence Brulard

Graphologue-caractérologue
Rue J.-Imbert-Galloix 4, 1205 Genève
yogamax@bluewin.ch

Références

1. Teillard A. L'Âme et l'écriture. Editions traditionnelles. Paris, 1948. Nouvelle éd. Paris, 1990
2. Vels A. L'Écriture, reflet de la personnalité. Mont-Blanc éd. Genève, 1966
3. Faideau P. Dictionnaire pratique de graphologie. M.A. éd. Paris, 1985
4. Bastin C, De Castilla D. Le psychisme et ses troubles. R. Laffont éd. Paris, 1990