

Dr. Samuel Pfeifer

---

Klinik Sonnenhalde, CH-4125 Riehen, Switzerland

Quand la  
***Sensibilité***  
génère la  
***maladie***

# La terminologie „sensibilité“



Jane Austen (18e siècle)

**Raison et Sentiments**

**Sense & Sensibility**

**Rationalité vs. Sensibilité**

le sel de la terre

---

*„Les exaltés et la  
déplorable famille des  
hypersensibles sont le sel  
de la terre “*

Marcel Proust

# Des gens très sensibles



**Marilyn Monroe**



**Diana**

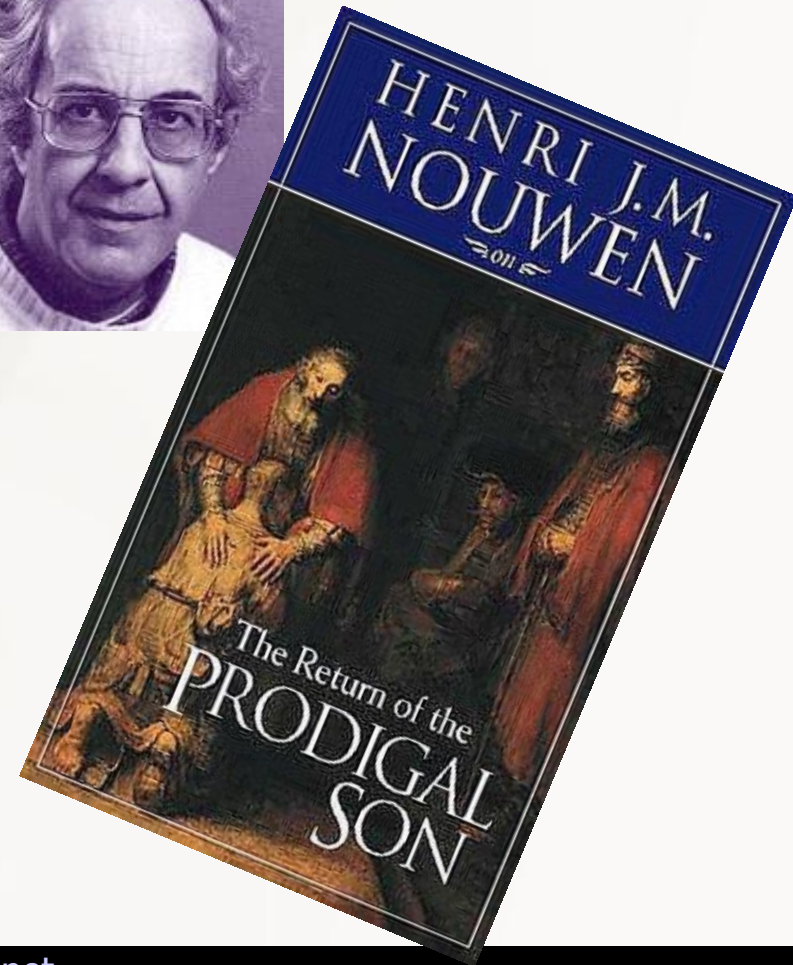
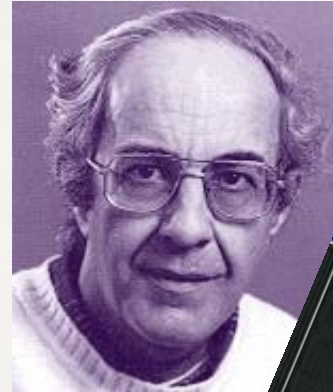


**Yves Saint Laurent**

# Des gens très sensibles

## Henry Nouwen

- Le retour du fils prodigue
- Life of the Beloved
- In the name of Jesus



# Vincent van Gogh



# „Je suis très sensible“ - positif

---

- Réceptif aux autres, compatissant
- compréhensif, ouvert
- émotions intenses
- perceptions et passions profondes
- Profondément touché par la beauté de la nature, la musique, l'art, la poésie, les films, les relations.
- Pas endurci par la souffrance d'autrui
- sensible à la spiritualité.

# Je suis hypersensible – négatif 1

---

- exagérant
- vulnérable – facilement blessé
- Lit entre les lignes
- Pense trop - rumine
- introverti et timide
- anxieux, craintif
- vulnérable / pas de réserves
- Atteint ses limites
- Tout est trop envahissant
- Sans défense



# Je suis hypersensible – négatif 2

---

- Parfois si submergé, que je ne puis parler
- Perception négative des autres
- tendance à réagir trop fortement
- susceptible, irritable , maussade
- Facilement épuisé
- Les sentiments causent un inconfort physique
- etc.

# „La Personnalité Hypersensible “

---

– W. Klages 1978 psychiatre allemand

- Se situe entre la psychologie normale et la psychopathologie.
- Au-delà de l'entendement psychologique, mais n'atteint pas le degré d'une affection psychiatrique.

# perceptions sensibles

---

– causent d'intenses sentiments et réactions

- odorat
- goût
- audition
- vision
- toucher
- synesthésies
- Sursauts pathologiques

# Traits distinctifs des personnes hypersensibles

---

- Timidité avec lutte intense pour s'exprimer
- Épuisement accru
- fréquentes sautes d'humeur, irritabilité
- sexualité inhibée
- sensibilité paranormale

# Quand La Sensibilité Devient Maladie

---

– impact négatif sur

- *La capacité d'apprécier et de prendre plaisir*
- *Les relations*
- *La capacité de travailler ou de produire*



**„Névrose“**

# Evolution de la terminologie de „névrose“

---

- Avant 1979: Définition basée sur les possibles causes (mère, traumatisme précoce, conflits sexuels)
- DSM-III (1980): description des symptômes, le terme „névrose“ tombe
- Nouvelle appellation: „**trouble**“: ex. „troubles anxieux“, „troubles obsessionnel-compulsifs (TOC)“, „dysthymie“

**Mais: les Problèmes restent les mêmes**

# Définition descriptive de la „névrose“

---

- désordre psychologique avec anxiété, obsessions, variabilité de l'humeur, sensibilité accrue
- inhibition, insécurité, recherche de conflit
- Le sens des réalités est intact
- Perturbation de fonctions somatiques

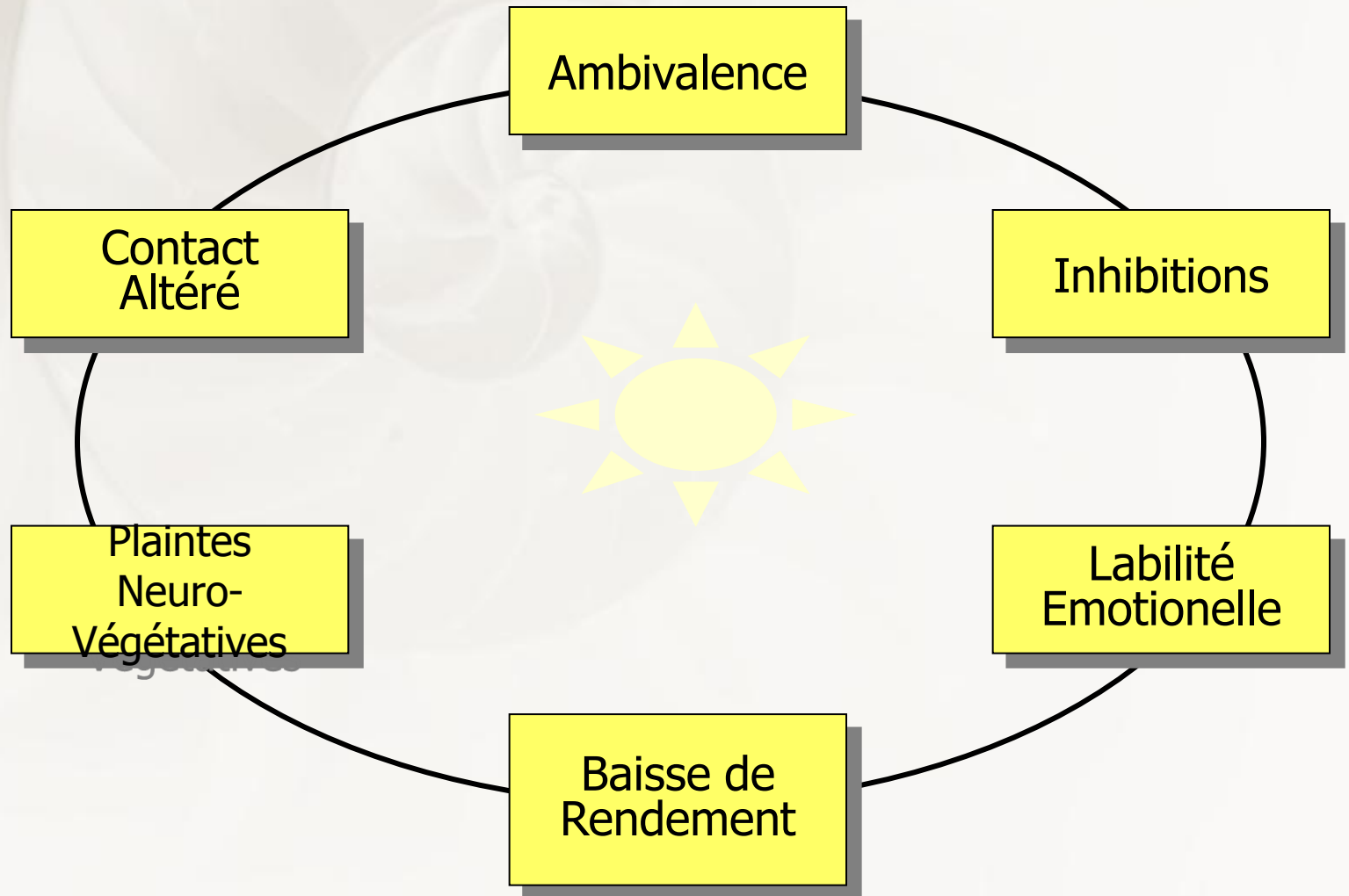
# Définition Descriptive de la „Névrose“

---

- Performance diminuée au travail ou dans les activités sociales
- Relations „difficiles“
- Symptômes persistent ou récidivent
- Pas une réaction transitoire au stress



# Caractéristiques Communes



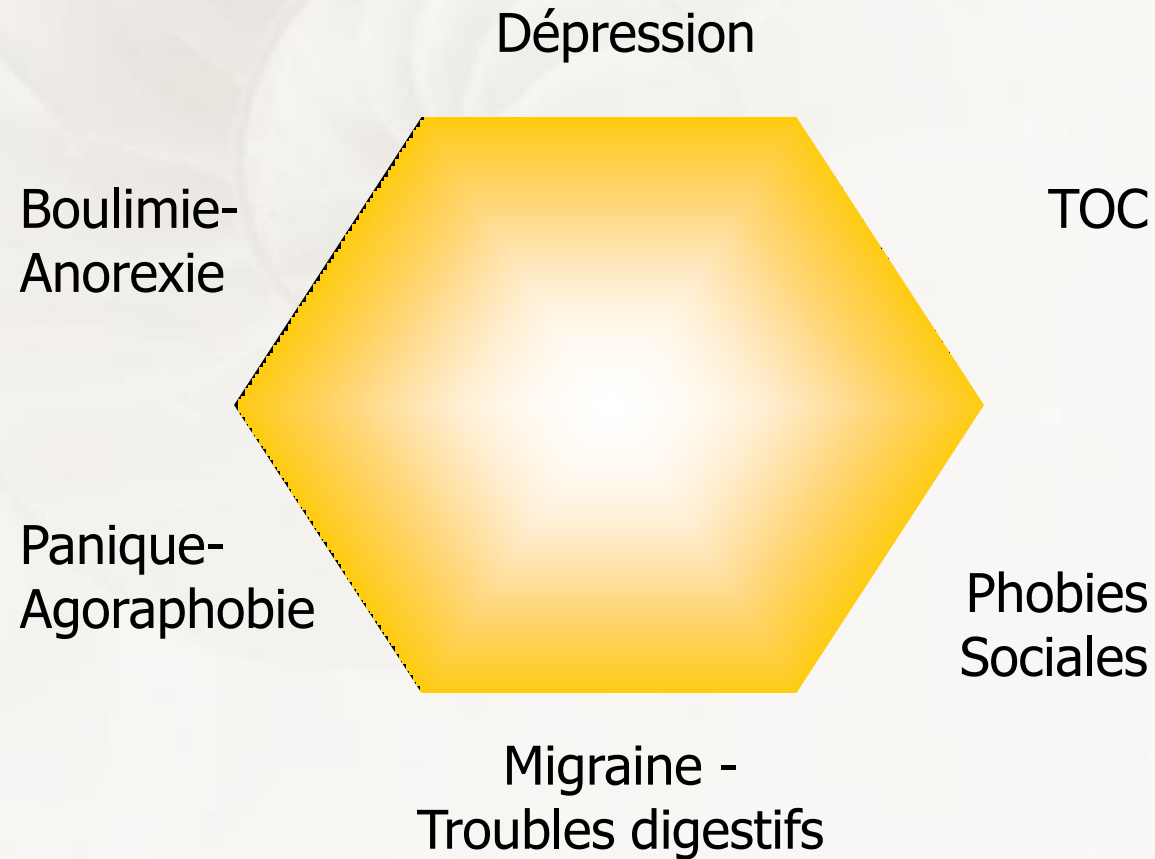
# Nouvelle Terminologie

---

- Désordres subcliniques
- Dépressions atypiques
- Dépressions “masquée”
- Désordres subsyndromaux
- Spectrum disorders
- Subthreshold disorders

# Spectrum Disorders

---



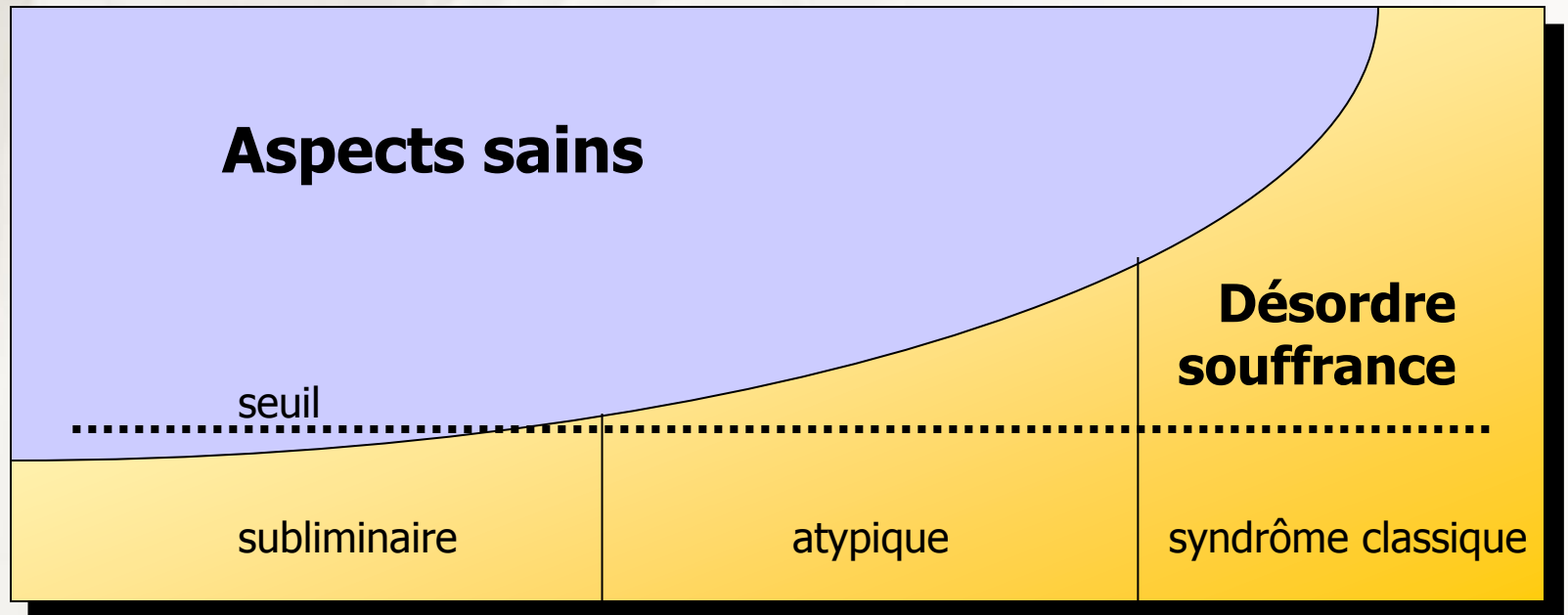
év ADHD?

# Spectrum Disorders: critères

---

- Les critères pour le trouble classique ne sont pas totalement présents.
- Les symptômes sont soit limités ou isolés, même combinés avec une humeur dépressive.
- Les symptômes mènent vers une diminution des relations sociales, de la performance au travail ou d'autres sphères importantes de la vie.
- Les symptômes mènent vers des "relations émotionnellement chargées" avec des dépendances et des conflits sociaux.

# Spectrum

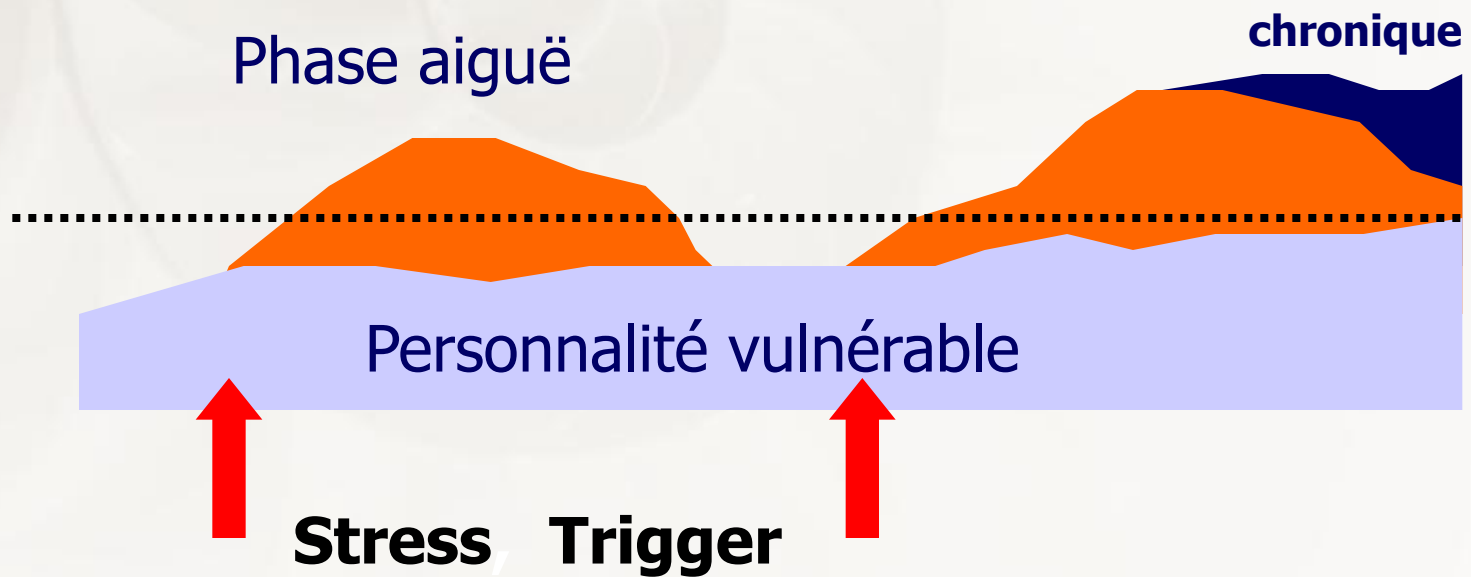


- Problème de Personnalité
- symptômes isolés

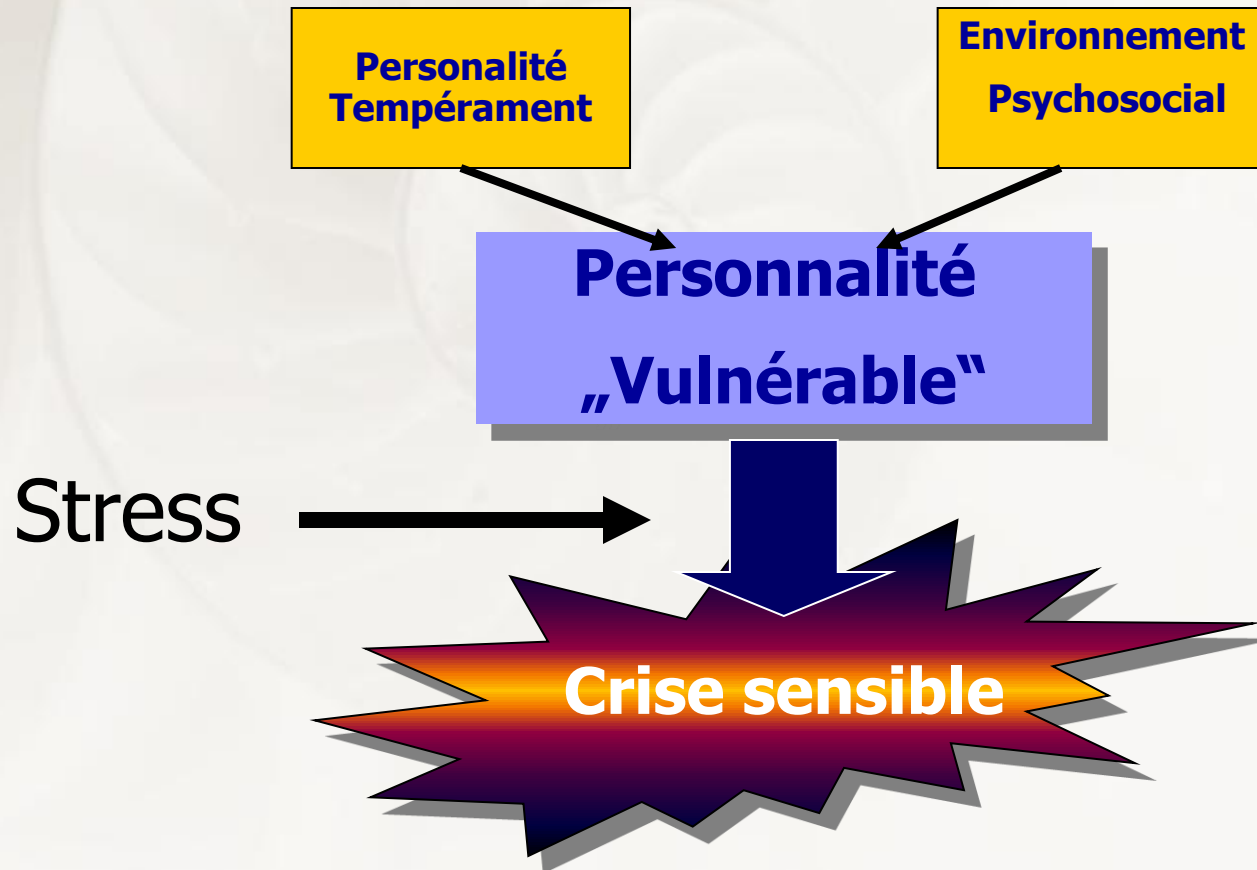


Syndrome Central

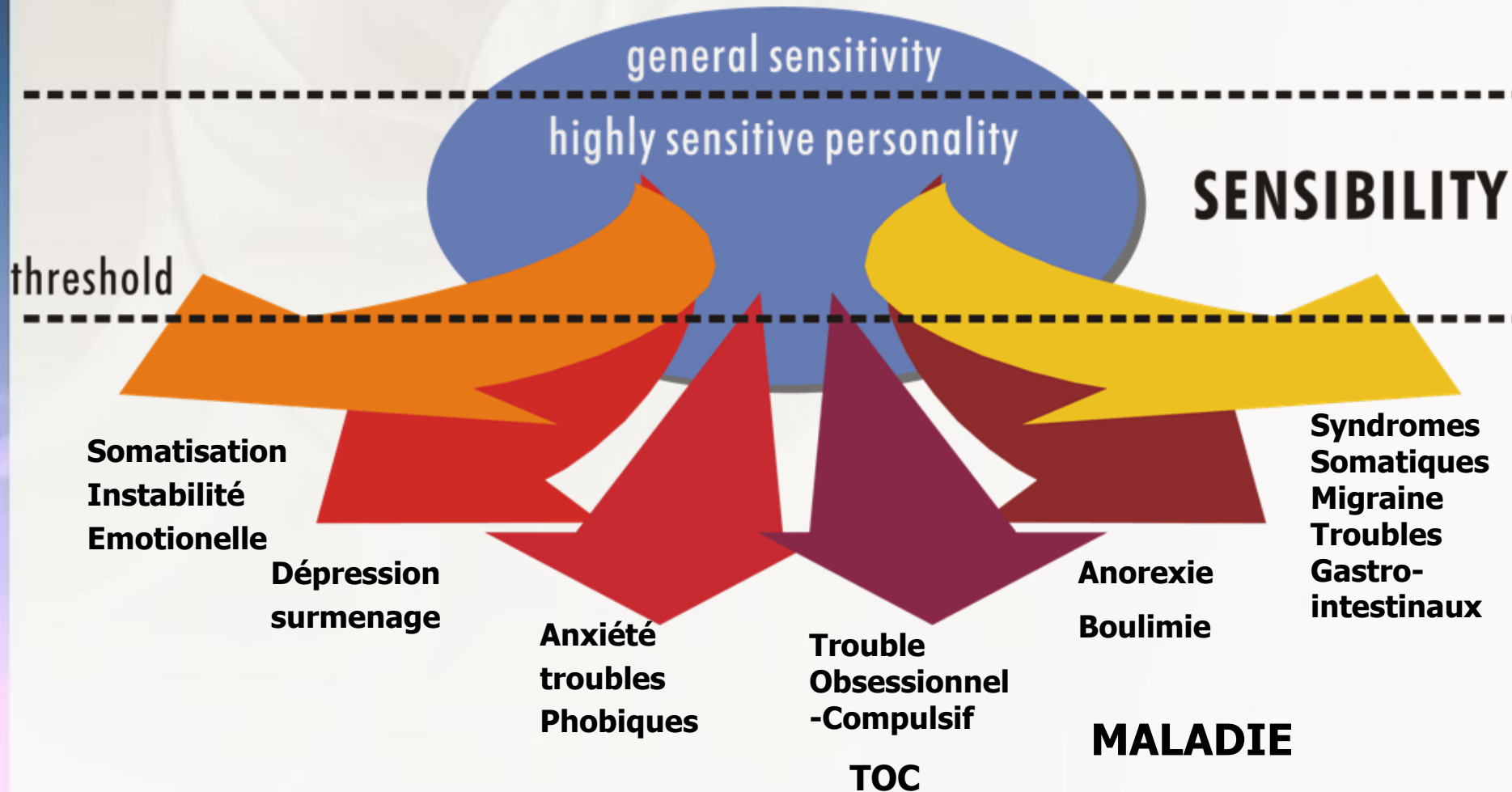
# Déroulement



# Développement



# Syndromes Sensitifs



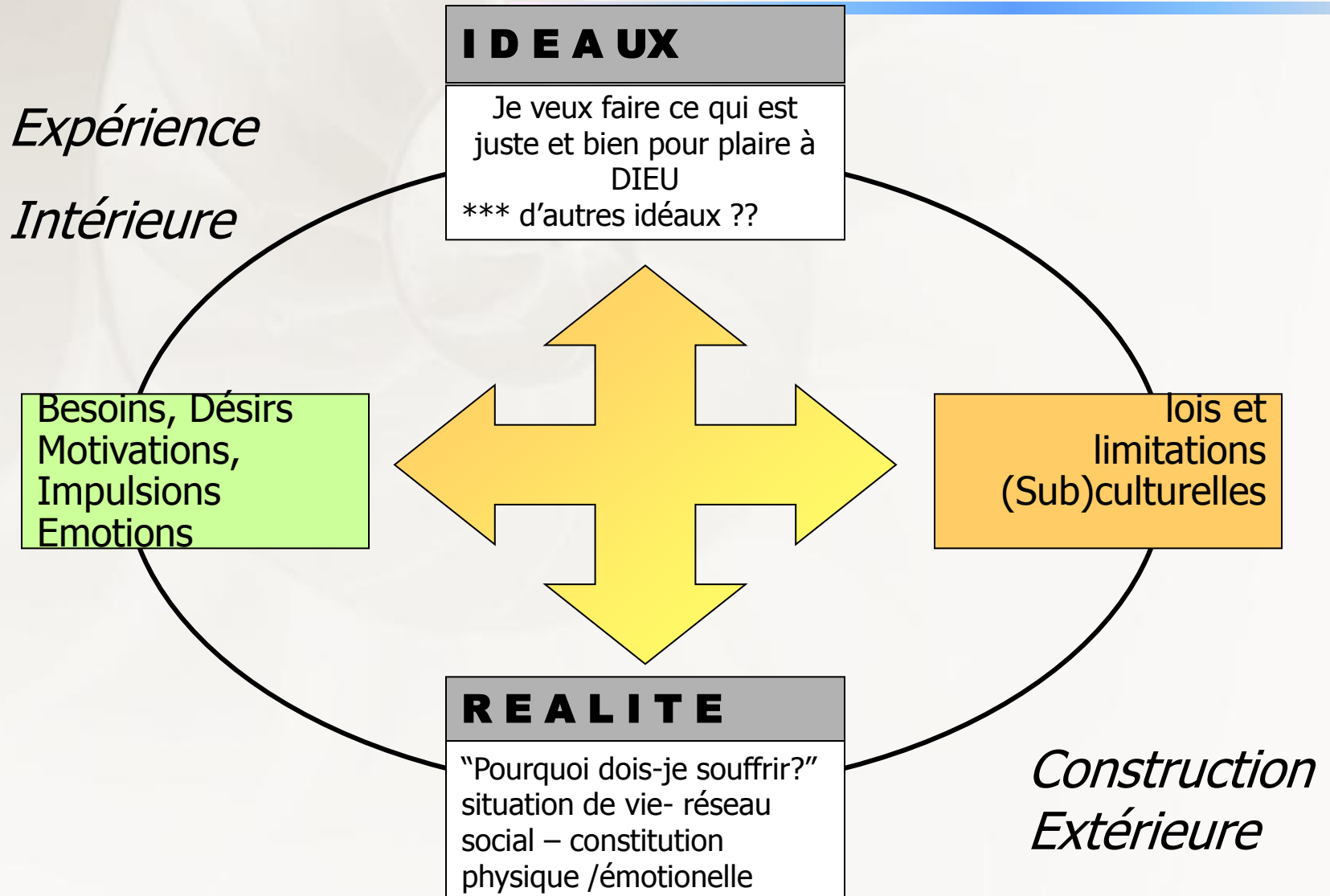


# Sensibilité et Foi

---

- Sensibilité pour le monde spirituel
- Conscience suraiguisée
- Anxieux envers DIEU et les gens.
- Vivre avec des tensions

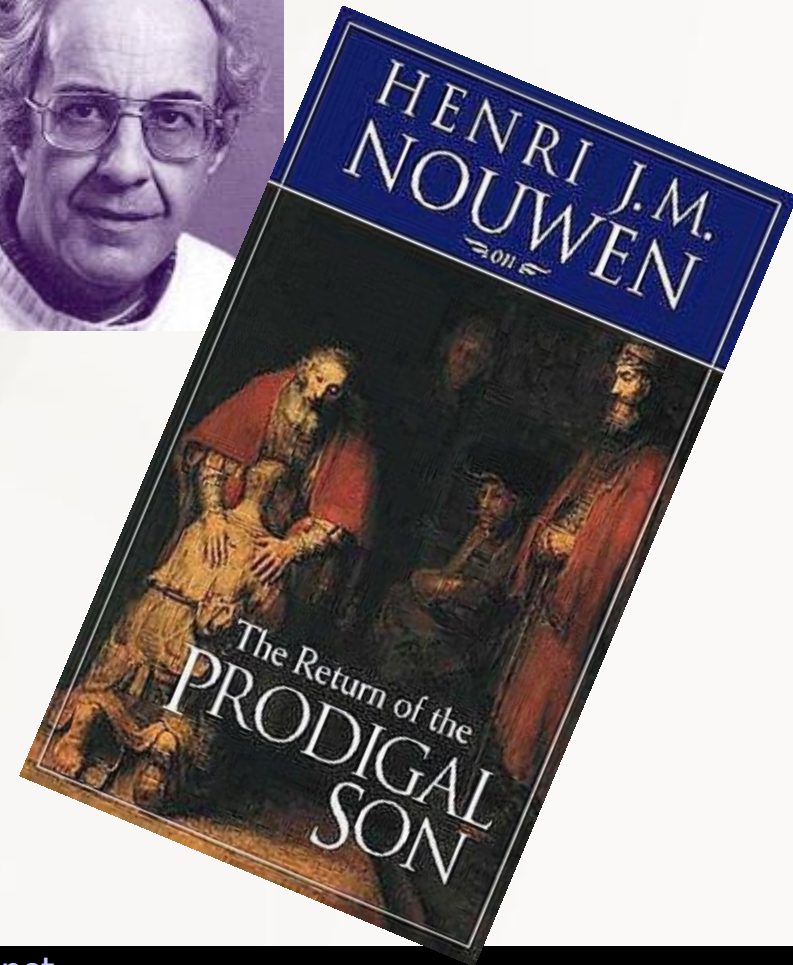
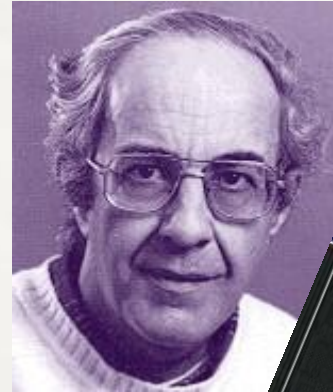
# Zones de tension



# Des gens hypersensibles

Henry Nouwen

- The Return of the Prodigal Son
- Life of the Beloved
- In the name of Jesus



# Henri Nouwen

---

- Sensibilité politique – révolte contre l'injustice dans le monde.
- Nervosité – combat pour la paix intérieure.
- Retraite dans le monde des handicapés (communauté de L'Arche).
- Questionnement sur l'identité au milieu de sa vie
- Crise sévère et dépression.
- Nouveau commencement.

# Le Soignant Blessé(the Wounded Healer)

---

„Oh que je ne puisse contrôler mes sentiments intérieurs et mes passions! Parfois, je dois les laisser courir leur propre course et espérer qu’ils ne me dominant pas trop longtemps.“

„J’aime Jésus, mais je désire garder mon indépendance, bien que cette indépendance ne me garantisse pas une réelle liberté.

J’aime Jésus, mais je ne désire pas perdre le respect de mes collègues professeurs, bien que je sache que leur respect ne contribuera pas à ma croissance spirituelle.“

# Henri Nouwen

---

“Ses écrits parlent avec une sensibilité particulière à ceux qui ont souffert émotionnellement dans leur vie .

Il a découvert qu’il pouvait atteindre la souffrance des autres par l’expérience de ses propres blessures “.



*Vivre avec  
l'Hyper sensibilité*

# Se Préserver

---

1. Trouver l'équilibre entre la suractivité et la régression!
2. Apprendre à interpréter le langage de son corps!
3. Accepter les limitations de votre sensibilité!
4. Ne pas tout prendre trop à coeur!
5. Prendre du temps pour se relaxer et profiter!
6. Ne pas prendre trop de responsabilités!
7. Expliquez votre condition à d'autres!
8. Reconnaître ses efforts et peines à travailler sur ses faiblesses



# Prière pour une Sensibilité Positive

---

- Seigneur, délivre-moi de tous mes tatillonnements et renfrognements et remplis-moi de Ton Amour.
- Seigneur, ouvre mes yeux pour voir toutes les belles choses que Tu as faites.
- Seigneur , ouvre mon coeur et remplis-moi de Ta Sagesse et de Tes Directives.

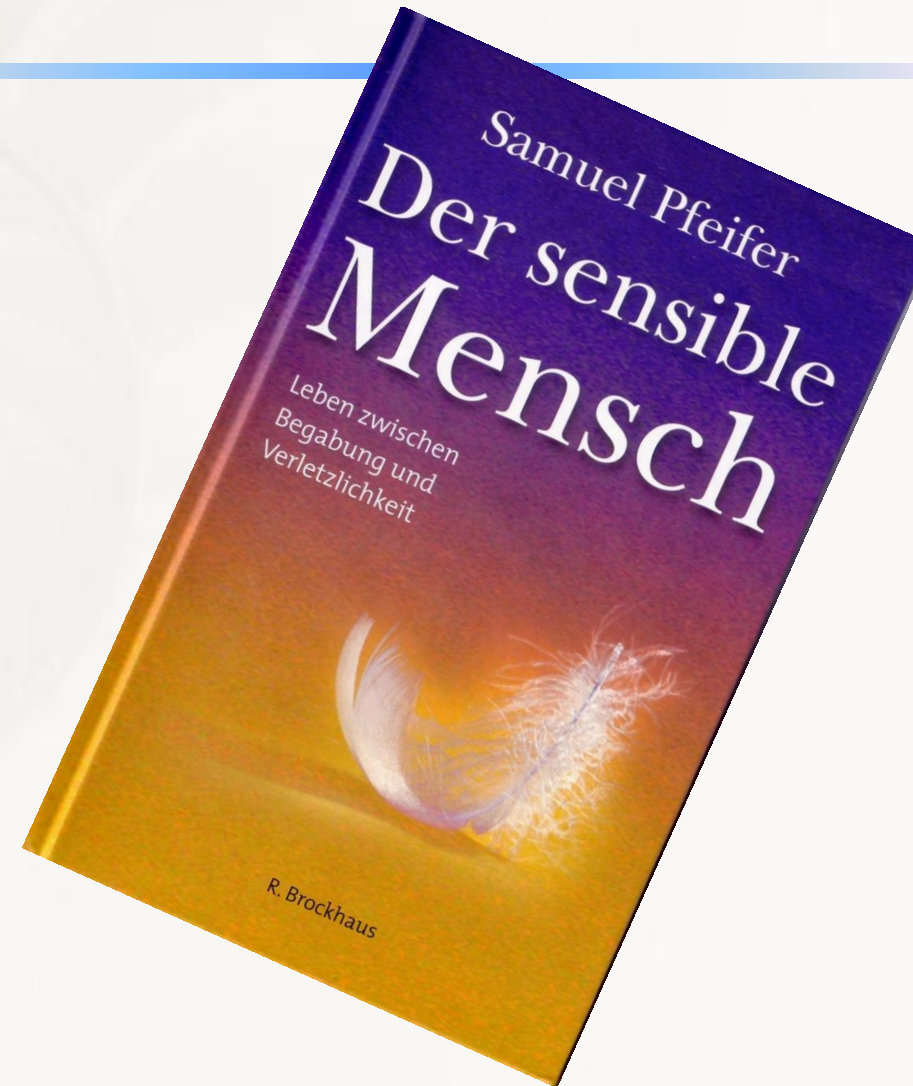
# Prière pour une Sensibilité Positive

---

- Seigneur, ouvre mes narines, aide-moi à être un parfum pour Toi.
- Seigneur, aide-moi à toujours transmettre Tes mots d'Amour et de Bonté.
- Seigneur, laisse-moi être lumière pour les autres,  
car Tu m'as rempli de Ta Lumière.

# Littérature

- Aron E.N. (1996). The Highly Sensitive Person. How to thrive when the world overwhelms you. New York: Broadway.
- Aron E.N. (2000). The Highly Sensitive Person in Love. New York: Broadway.
- Aron E.N., & Aron A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. Journal of Personality and Social Psychology 73:345–368.
- Pfeifer S. (2002). Der sensible Mensch. Leben zwischen Begabung und Verletzlichkeit. Haan: Brockhaus.



Chargez cette présentation depuis

[www.seminare-ps.net](http://www.seminare-ps.net)