

LE SYNDROME DE PETER PAN

Ai-je le syndrome de Peter Pan ?

Signe n°1 : Une irresponsabilité

Le premier signe permettant de reconnaître le syndrome de Peter pan concerne l'irresponsabilité. La personne atteinte du syndrome de Peter Pan manifeste une irresponsabilité que l'on peut retrouver dans les différents domaines de sa vie.

Dans le cadre d'une relation amoureuse, l'homme atteint du syndrome de Peter pan va préférer ne pas prendre de décision et se reposer sur les choix de sa partenaire. Ainsi, il n'a pas de décisions à prendre et tend à suivre celles prises par sa partenaire. Cette dernière est donc amenée à le mater dans les prises de décision du quotidien.

Les objectifs à tenir et les choix déterminants, sont de véritables cauchemars pour elle, dans la mesure où l'idée d'être tenue pour responsable d'une action ou d'une décision la terrifie, ce qui la conduit à procrastiner, parfois jusqu'à un point de non-retour, dès lors qu'elle est face à une responsabilité à assumer.

Elle aura tendance à s'organiser soigneusement une vie où elle pourra se réfugier à l'écart de ce type de pression qu'elle est incapable de gérer.

Par exemple, face à la peur de prendre des responsabilités, la personne peut développer des tendances addictives et se réfugier notamment dans les jeux vidéo en guise d'échappatoire.

Signe n°2 : Des troubles de l'égo

Le syndrome de Peter Pan est souvent associé à une préoccupation marquée pour l'apparence physique, dont la personne va prendre grand soin.

Dans certains cas extrêmes, ce trait peut conduire au développement d'une dysmorphophobie, c'est-à-dire une perception inadéquate et troublée de l'image de soi, renvoyant au décalage entre l'apparence réelle et une apparence enfantine fantasmée.

La personne atteinte du syndrome de Peter pan aura également une certaine tendance à l'égoïsme, la conduisant à privilégier le plus souvent son bien-être personnel, éventuellement au détriment d'autrui.

Des traits narcissiques peuvent également se développer, avec la surévaluation des qualités propres et une tendance à l'auto-valorisation.

En effet, la personne atteinte de ce syndrome ne perçoit pas ces traits narcissiques. Elle pense être une bonne personne, fiable et à l'écoute d'autrui. Or, c'est la situation inverse qui se produit. Elle prend d'abord soin d'elle et de ses envies. Par exemple, dans une relation amoureuse, elle va préférer regarder la télévision plutôt que de participer aux tâches ménagères et faire à manger. Elle se comporte comme un enfant et va même jusqu'à faire des caprices si une personne va à l'encontre de ce qu'elle veut.

Signe n°3 : Des difficultés sociales

Les difficultés sociales sont également un signe pour identifier le syndrome de peter pan chez une personne. A mesure que la personne porteuse du syndrome de Peter pan avance en âge,

elle va progressivement développer un inconfort plus ou moins marqué au contact de personnes de son âge.

Elle se sent, en effet, en décalage du point de vue émotionnel entre la maturité des autres et le sentiment conscient de sa propre dépendance. Des manifestations de stress peuvent alors se manifester en situation sociale, et peuvent conduire à l'isolement pour éviter le mal-être associé à la confrontation aux autres.

Lors de discussions entre amis ou en famille, l'homme touché par ce syndrome peut ne pas se sentir à sa place et en décalage. Ses amis évoquent leurs projets futurs tels qu'un mariage ou encore la naissance d'un bébé. Quand viendra le tour de la personne avec le syndrome, une forme de décalage apparaîtra puisqu'elle ne souhaite pas se projeter et encore moins avoir des enfants ou se marier puisqu'elle se considère encore au stade de l'enfance.

Le développement d'un faux-self, c'est-à-dire d'une personnalité artificielle et socialement séduisante destinée à être portée comme un masque à visée protectrice, est également courant. C'est dans ce cas, que la personne va alors faire croire qu'elle partage les mêmes projets que son entourage pour éviter de créer une distanciation sociale.

Enfin, on aura également tendance à retrouver une sensibilité à fleur de peau concernant l'image renvoyée aux autres, qui se manifestera par une grande susceptibilité face aux critiques qui viennent directement heurter la représentation de soi et peuvent être vécues comme de véritables blessures narcissiques. On parle alors d'immaturité affective qui viendra perturber ses relations avec autrui.

Signe n°4 : Des tendances dépressives

Ses difficultés relationnelles et le sentiment de ses propres incapacités, peuvent avoir tendance à faire souffrir la personne qui entretient une relation ambivalente avec son image, parfois au point de glisser dans la dépression.

Par exemple, si la personne reçoit fréquemment des remarques de la part de son entourage en lui répétant qu'elle n'avance pas dans sa vie, qu'elle ne prend pas ses responsabilités, alors elle peut développer une forme de dépression.

On parle plus particulièrement ici des cas où la personne ne se serait pas radicalement protégée par la mise en place d'une image de soi grandiose par le biais d'un narcissisme de surface.

A ces éléments, vient s'ajouter une nostalgie parfois envahissante, liée à l'état d'enfance, qui peut également être émotionnellement déstabilisante et conduire à la mélancolie. La personne souffrant d'un syndrome de Peter Pan idéalise l'enfance en général, et ressent un fort appel relativement à cette phase d'innocence et d'insouciance.

Cet appel intime la conduit souvent à s'enfermer dans un monde imaginaire qui lui donne l'illusion de la revivre.

Signe n°5 : Une sexualité difficile

La construction émotionnelle étant restée immature, la personne a tendance à percevoir la sexualité comme un acte avilissant, sale et non naturel.

L'asexualité, soit le fait de se développer personnellement en dehors d'une sexualité génitale classique, est donc relativement courante à l'âge adulte chez les personnes atteintes du syndrome de Peter Pan.

A l'inverse et en lien avec un besoin massif de prouver sa maturité et sa toute-puissance, certains vont développer une sexualité débridée, mais non intégrée au niveau psychique, qui ne sera donc pas vécue sur le registre d'une intimité émotionnellement investie.

Dans ce cas précis, un homme touché par le syndrome de Peter Pan pourra être davantage touché par des perturbations sexuelles telles que l'éjaculation précoce ou encore la panne sexuelle.

De plus, nous l'avons évoqué précédemment, ce syndrome provoque des conduites addictives. Pour ne plus voir la réalité en face, la personne peut consommer de façon excessive de l'alcool voire, dans certains cas, de la drogue. Une surconsommation d'alcool peut alors venir perturber l'intimité d'une personne.

Le fait d'utiliser les autres comme des faire-valoir narcissiques ou des trophées, est fréquent dans ce type de fonctionnement et rejoint la tendance misogyne déjà évoquée dans le cas des hommes.

Les femmes pourraient avoir moins tendance à recourir à ce type de comportements sexuels, étant moins conditionnées socialement à la prédation et moins attendues du côté de la performance sexuelle.

Signe n°6 : Une mauvaise régulation émotionnelle

Le dernier signe que nous évoquerons pour repérer le syndrome de Peter Pan est la mauvaise régulation émotionnelle. Dans le cadre d'un syndrome de Peter Pan, les émotions sont souvent extrêmes, en lien avec l'immaturité affective. La tristesse en particulier, est mal accueillie et n'est pas assumée, car difficile à gérer du point de vue de son expression sociale. En effet, les personnes souffrant du syndrome de Peter Pan tendent à vouloir donner une image d'eux-mêmes renvoyant à la solidité et à la maîtrise, sans pour autant avoir les moyens d'intégrer harmonieusement leurs émotions.

L'expression émotionnelle passe donc souvent par la rétention et lorsque le barrage cède, les émotions déferlent de manière violente et désordonnée, avec parfois des manifestations hors contexte ou inadéquates par rapport à la situation.

A force d'être dénaturées par des efforts de contrôle intensif et par les filtres qui leurs sont appliquées pour qu'elles soient socialement acceptables selon son point de vue, il arrive que les personnes perdent entièrement le contact avec leurs émotions, au point de ne plus savoir les distinguer et de ne plus pouvoir définir leurs états intérieurs.

Ce contrôle est alors dangereux puisque, dans le cas d'une rupture amoureuse, la personne risque d'être submergée par ses émotions et ne pas réussir à y faire face.

Signe n°7 : L'usage de la pensée magique

Les personnes souffrant du syndrome de Peter Pan auront souvent recours à des pensées magiques, c'est-à-dire des pensées auxquelles on donne le pouvoir de faire concrètement advenir ce qu'elles évoquent, et qui permettent de s'auto-apaiser sans avoir à se remettre en question ou à initier le changement.

Elles sont caractéristiques de l'enfance et viennent signer une grande immaturité affective. Ces pensées magiques ont pour fonction de protéger la personne de toute autocritique qui serait trop déstabilisante pour son système psychique et émotionnel : elle se persuade que tout va bien grâce à ce tour de passe-passe intellectuel par lequel elle parvient à valider toutes ses prises de position.

La personne se crée un monde magique et imaginaire avec l'idée que le monde va s'adapter à elle et à ce qu'elle croit. Elle tente de faire en sorte que le monde soit comme elle le voudrait. Pour cela, la personne atteinte de ce syndrome peut venir à manipuler ses proches et notamment son partenaire amoureux. On le reconnaît par son incarnation d'un enfant insouciant qui prend tout avec légèreté, mais qui est en réalité très sensible.