

Rejoindre MentorShow

Les meilleurs mentors vous donnent des solutions concrètes et des conseils inspirants pour progresser sereinement dans les domaines qui comptent pour vous.

Seulement 12 C/mois

Rejoindre

Blog > [Épanouissement personnel](#) > Les 7 signes d'un psychopathe : regard et signes psychologiques

Les 7 signes d'un psychopathe : regard et signes psychologiques

MentorShow 7 décembre 2023 8 minutes de lecture



La psychopathie est l'un des traits de caractère préférés d'Hollywood depuis des années. Distinguer la réalité de la fiction parmi les aspects divertissants peut vous aider à mieux identifier les indices non verbaux.

Certaines personnes confondent la psychopathie et le [trouble de la personnalité antisociale](#) (TPA). Bien qu'il existe des similitudes, il ne s'agit pas de la même chose.

Pour commencer, le Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, 5e édition, révision textuelle (DSM-5-TR) contient une définition clinique du trouble de la personnalité antisociale.

Mais la psychopathie ne peut être évaluée qu'à l'aide de la [Psychopathy Checklist-Revised](#) (PCL-R), explique le Dr David Tzall, psychologue agréé.

« *Ils sont similaires en termes de portée mais différents en termes de détails* », poursuit-il. « L'ASPD est un trouble de la personnalité qui peut être diagnostiqué et qui se caractérise par un mépris généralisé des droits d'autrui, de sa propre sécurité et de celle des autres, de l'impulsivité et des normes et règles socialement acceptées »

De son côté, la psychopathie est une construction de la personnalité qui décrit un ensemble de traits interpersonnels, affectifs et comportementaux similaires à ceux observés dans l'ASPD. »

Examinons les principaux traits psychopathiques.

CHAPITRES

- [Qu'est-ce qu'un regard psychopathique?](#)
- [Autres indices non verbaux d'un psychopathe](#)
- [Autres problèmes de santé similaires](#)
- [Récapitulons](#)

Qu'est-ce qu'un regard psychopathique?

L'une des caractéristiques les plus couramment représentées d'un psychopathe à la télévision et dans les films est le « regard psychopathique ». Mais s'agit-il d'une attribution juste – et correcte ?

D'un point de vue clinique, « le « regard psychopathique » n'est pas un concept fortement défini dans la littérature », déclare le Dr Stephen Benning, professeur agrégé de psychologie à l'université du Nevada, à Las Vegas. En outre, « il ne s'agit pas explicitement d'un élément du PCL-R et de ses variantes »

Cependant, certains chercheurs ont étudié différents comportements visuels chez les personnes atteintes de psychopathie.

Par exemple, lorsque les gens voient quelque chose de bouleversant, la pupille de l'œil se dilate (devient plus grande) en réaction – un reflet du système nerveux sympathique du corps ([la réaction de lutte, de fuite ou d'immobilisation](#)) qui entre en action.

Mais une [étude de 2018](#) portant sur 82 hommes présentant des traits psychopathiques interpersonnels-affectifs, une « réponse » réduite de la pupille a été observée lorsqu'on leur montrait des images négatives. Une autre étude a également constaté une dilatation réduite de la pupille chez les psychopathes lorsqu'ils écoutaient des sons négatifs, tels que des cris.

Par ailleurs, les chercheurs ont également constaté que les personnes présentant des traits psychopathiques passaient plus de temps à regarder des images représentant des émotions, telles que la douleur et l'embarras.

Naomi Murphy, consultante, psychologue judiciaire et fondatrice d'Octopus Psychology.

« Parfois, les personnes atteintes de psychopathie utilisent un regard fixe comme un moyen délibéré de contrôler et d'intimider les autres », poursuit-elle. « Mais cela peut aussi refléter une colère froide et dure s'ils luttent pour l'inhiber, de la même manière que d'autres personnes peuvent jeter un regard noir si elles sont contrariées par quelqu'un »

Cela dit, Murphy note qu'il est incorrect de supposer que tous les individus atteints de psychopathie ont un regard intimidant. « Un certain nombre d'études ont suggéré que les personnes atteintes de psychopathie établissent moins de contact visuel que les autres.

Par exemple, une étude de 2019 a évalué deux groupes de délinquants incarcérés : l'un avec des traits psychopathiques et l'autre sans traits psychopathiques. Les chercheurs ont constaté que les personnes atteintes de psychopathie consacraient moins d'attention à regarder les yeux – et la zone des yeux – des autres.

Il est intéressant de noter que Murphy explique qu'il n'est pas inhabituel pour les personnes atteintes de psychopathie de porter des lunettes noires, même à l'intérieur, ce qui pourrait être dû à une sensibilité accrue à la lumière. Le port d'ombres dissimule leur manque de contact visuel et empêche les autres de voir à travers les « fenêtres de leur âme », explique Murphy. « Cela les empêche donc de donner involontairement des informations qu'ils ne veulent pas donner »

Les caractéristiques d'un regard psychopathique

Comme nous l'avons mentionné, tous les individus qui présentent des traits psychopathiques ne possèdent pas le fameux regard. Bien qu'il n'y ait pas d'ensemble spécifique et définitif de caractéristiques qui composent un « regard psychopathique », quelques traits communs ont été observés », déclare Tzall. Il s'agit notamment de

1. une froideur, avec un manque de chaleur, d'empathie ou de compassion
2. des yeux écarquillés, avec une plus grande partie du blanc de l'œil visible
3. un clignement réduit
4. une concentration qui semble prédatrice ou menaçante
5. des pupilles dilatées
6. une intensité accrue
7. un contact visuel ou une « fixation » maintenue plus longtemps

Autres indices non verbaux d'un psychopathe

En plus du regard noir, de nombreux autres signes peuvent indiquer qu'une personne est peut-être psychopathe. Certains d'entre eux, selon Benning, se recoupent avec des traits observés chez les personnes atteintes de troubles affectifs saisonniers.

L'absence d'empathie

L'empathie ne consiste pas toujours à être incapable de comprendre ce que les autres pensent et ressentent face à une situation. Au contraire, selon Benning, dans la psychopathie, le manque d'empathie « tourne souvent autour de la difficulté à être touché par les sentiments des autres ».

Narcissisme

L'autosupériorité et la prétention sont deux caractéristiques que l'on retrouve chez les [personnes narcissiques](#) et chez les individus atteints de psychopathie. « Souvent, les psychopathes répondent également aux critères du trouble de la personnalité narcissique (TPN), d'où la présence fréquente de grandiosité », déclare le Dr Lina Haji, psychologue clinicienne.

Dominance

Les individus psychopathes aiment contrôler et influencer les relations et les situations, déclare Benning. « Parfois, la domination peut se traduire par le charme et la persuasion par des moyens socialement acceptés », révèle-t-il. « D'autres fois, elle se mêle à l'antagonisme pour employer des méthodes détournées et sournoises afin d'amener les autres à faire ce que l'on souhaite. »

Une autre raison pour laquelle ils aiment dominer, révèle Murphy, est qu'« ils associent le fait de ne pas avoir le contrôle à la vulnérabilité et au risque d'être abusés et exploités ».

Déception

Murphy affirme que les psychopathes ont tendance à adopter des comportements plus trompeurs, en particulier à leur propre avantage. « Ils se donneront plus de mal pour feindre la proximité ou un comportement prosocial afin d'exploiter intentionnellement les autres pour leur profit personnel », explique-t-elle.

Impulsivité

Les individus atteints de psychopathie agissent souvent de manière impulsive, dit Tzall, « sans tenir compte des dommages potentiels ou des résultats négatifs » Cela signifie qu'ils peuvent s'engager dans des actions plus imprudentes, telles que l'abus de substances, la multiplicité des partenaires sexuels ou les activités criminelles.

L'absence de peur

Les personnes atteintes de psychopathie ont tendance à éprouver « moins d'émotions négatives dirigées vers l'intérieur », déclare Benning.

Cela signifie qu'elles sont moins susceptibles de ressentir des sentiments tels que la peur et l'anxiété. Mais il ajoute que « ce déficit ne se produit généralement lorsque les individus atteints de psychopathie ne prêtent pas activement attention aux indices associés à la menace ou au danger »

Sens des responsabilités réduit

« Les personnes atteintes de psychopathie ont souvent un comportement irresponsable », révèle Tzall. Il peut s'agir de « ne pas respecter leurs obligations financières, de négliger leurs responsabilités professionnelles ou familiales, ou d'adopter des comportements impulsifs ou imprudents ».

Réduction de la réaction de sursaut

« Il existe une théorie selon laquelle les psychopathes ne présentent pas de réaction de sursaut (c'est-à-dire qu'ils ne sursautent pas lorsqu'ils ont peur) en raison de différences dans le fonctionnement et la structure du cerveau », explique Haji.

Une méta-analyse de 2021 a soutenu cette idée, bien qu'elle ait également souligné qu'elle s'applique peut-être davantage à des catégories spécifiques de traits psychopathiques.

Les psychopathes ressentent-ils des émotions ?

Particulièrement à la lumière des caractéristiques ci-dessus, il est facile pour les gens de supposer que les psychopathes ne peuvent pas ressentir d'émotions. Mais ce n'est pas le cas.

« Ils ressentent bel et bien des émotions », affirme Tzall. « C'est simplement qu'ils les ressentent et les expriment différemment d'une personne qui n'a pas de traits [psychopathiques] ni de problèmes de personnalité ».

Par exemple, Benning affirme que les individus atteints de psychopathie peuvent ressentir les émotions moins intensément ou moins longtemps.

D'autre part, Murphy ajoute que les personnes atteintes de psychopathie peuvent avoir du mal à gérer leurs sentiments. En conséquence, elles « ont tendance à éteindre leurs émotions lorsqu'elles sont confrontées à des situations dans lesquelles on s'attendrait à ce que les gens ressentent des émotions », révèle-t-elle. « Cela n'est pas conscient, mais se produit automatiquement »

Autres problèmes de santé similaires

Si une personne présente une ou plusieurs de ces caractéristiques psychopathiques, cela ne signifie pas nécessairement qu'elle souffre de psychopathie. Par exemple, « l'absence de contact visuel est également associée aux troubles du spectre autistique (TSA) et à l'anxiété sociale », explique Mme Murphy. Par ailleurs, ajoute-t-elle, les comportements impulsifs ou à risque peuvent être observés chez les personnes souffrant d'un trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) et d'un trouble bipolaire.

Récapitulons

La psychopathie n'est pas un diagnostic médical cliniquement reconnu dans le DSM-5-TR. Au lieu de cela, les experts déterminent généralement la psychopathie en fonction des résultats obtenus par un individu par rapport aux traits décrits dans le PCL-R.

Certains traits psychopathiques – comme l'audace – se recoupent avec ceux d'autres troubles mentaux, comme le TDAH, le trouble bipolaire et l'autisme.

Même si une personne présente des traits psychopathiques, cela « ne signifie pas qu'elle est un tueur en série, une menace ou qu'elle est diabolique », rappelle le professeur Tzall. « De nombreuses personnes ont des scores élevés, ne commettent aucun crime et ont une vie productive.

Rejoindre MentorShow

Les meilleurs mentors vous donnent des solutions concrètes et des conseils inspirants pour progresser sereinement dans les domaines qui comptent pour vous.

Seulement 12 C/mois

Rejoindre

	Découvrir	Nos offres	À propos
Tenez-vous informé(e) des nouvelles sorties via la newsletter MentorShow	Masterclass	Coaching	Nous contacter
Votre email *	Programmes	Entreprise	Devenir Coach
<input type="text"/>	Blog MentorShow	MentorShow For Good	FAQ

En vous abonnant, vous acceptez notre [Politique de Confidentialité](#) et donnez votre consentement pour recevoir des mises à jour de notre entreprise.

Tous droits réservés. [Mentions légales](#) [Politique de confidentialité](#) [Conditions générales de ventes](#)

mentorsHOW

[Tenez-vous informé\(e\) des nouvelles sorties via la newsletter MentorShow](#)

En vous abonnant, vous acceptez notre [Politique de Confidentialité](#) et donnez votre consentement pour recevoir des mises à jour de notre entreprise.

Tous droits réservés. [Mentions légales](#) [Politique de confidentialité](#) [Conditions générales de ventes](#)

mentorsHOW

[Tenez-vous informé\(e\) des nouvelles sorties via la newsletter MentorShow](#)

En vous abonnant, vous acceptez notre [Politique de Confidentialité](#) et donnez votre consentement pour recevoir des mises à jour de notre entreprise.

[Découvrir](#)

[Nos offres](#)

[À propos](#)

[Masterclass](#)

[Coaching](#)

[Nous contacter](#)

[Programmes](#)

[Entreprise](#)

[Devenir Coach](#)

[Blog MentorShow](#)

[MentorShow For Good](#)

[FAQ](#)