

## LE BRUIT...

### ASPECTS PSYCHOLOGIQUES

Ariane BILHERAN,  
Psychologue clinicienne, Docteur en psychopathologie,

Notre société moderne regorge de multiples sollicitations sensorielles, face auxquelles nous ne parvenons plus à construire suffisamment de défenses psychologiques.

Le bruit intempestif, excessif, non choisi, irrégulier, s'il survient de manière réitérée, peut a minima mettre les individus en état de stress, c'est-à-dire qu'ils n'ont plus les ressources psychologiques nécessaires pour gérer ce bruit, et pour s'en protéger.

Lorsque le psychisme est attaqué par une sollicitation excessive et subie comme les excès sonores (scooter bruyant, cris des voisins, porte d'ascenseur etc.) et que, pour diverses raisons il n'est plus en mesure de s'en protéger pour se ressourcer, la personne en état de stress peut déclencher des états non maîtrisés tels que : excès de violence, passages à l'acte divers contre soi ou autrui, etc. Dans certains cas extrêmes, la personne déjà fragilisée ne peut tellement plus se protéger du bruit subi (exemple : dans la torture mentale utilisée par des sectes, le bruit est parfois un véritable instrument de torture), qu'elle peut aller jusqu'à commettre l'irréparable (tentative de suicide ou tentative de meurtre), « pour que le bruit cesse ».

Il ne faut pas non plus négliger la construction psychologique des enfants, qui nécessite des périodes de calme, afin que le psychisme puisse se développer sereinement.

Les enfants qui subissent du bruit en excès, surtout de façon réitérée mais irrégulière, n'ont plus de repères sensoriels suffisamment structurants pour se construire. Parfois même, le bruit de voisinage attaque le sommeil des enfants, qui ne parviennent donc plus à grandir pendant un sommeil nécessairement perturbé.

L'être humain ne s'épanouit pas dans la promiscuité avec autrui. La promiscuité liée au bruit (un bruit provenant d'autrui est imposé à soi) peut ainsi être vécue de façon très violente, avec un caractère insupportable.

Il est important que, dans la vie en commun, les êtres humains apprennent à respecter les limites sensorielles des uns et des autres.

## **« Le profil psychologique du faiseur de bruit »**

Il existe des « bruiteurs » qui ne supportent pas, même lorsque c'est demandé très gentiment, de faire moins de bruit. Au contraire, la demande les excite davantage et le bruit, loin de cesser, risque bien de s'intensifier. Parfois même, le bruiteur augmente l'agression, qui peut devenir verbale, physique etc.

Ce type de « bruiteur » est un profil intolérant à la moindre frustration, qui estime que le monde lui appartient, souvent avec un narcissisme fort et un sentiment de toute-puissance.

De fait, ce bruiteur-là n'a guère accès au sentiment d'altérité (se mettre à la place de l'autre) ni à la limite de la loi (limite sociale) : il se croit au-dessus des lois, et ne supporte pas le moindre rappel à ses devoirs citoyens.

Contact :  
SEMIODE – 7, rue A. Briand – 83740 LA CADIÈRE D'AZUR