

Les Mécanismes de défense

Le terme de défense est cité pour la première fois par S. Freud dans un ouvrage paru en 1894, les psychonévroses de défense. On retrouve dans l'œuvre freudienne la description d'une dizaine de procédés psychologiques (dont se sert le Moi dans les conflits susceptibles d'aboutir à une névrose) (S.Freud, 1926)

1-Définition des mécanismes de défense :

Il existe de nombreuses définitions des mécanismes de défense correspondant à des conceptions de cette notion parfois fort éloignées les unes des autres. La définition générale synthétique qu'ils proposent est la suivante : (processus psychiques inconscients visant à réduire ou à annuler les effets désagréables des dangers réels ou imaginaires, en remaniant les réalités internes et/ou externes et dont les manifestations – comportements, idées ou affects – peuvent être inconscientes ou conscientes.) Cette définition met l'accent sur l'origine inconsciente des défenses susceptibles de donner lieu à des dérivés conscients qui peuvent être évalués cliniquement.

Indispensables lors de la constitution même du Moi, les défenses sont considérées comme faisant partie intégrante du développement psychologique normal.

La définition proposée par J.C. Perry et A. Cooper EN 988 ouvre la voie aux extensions du concept introduit dans le DSM-IV. Pour ces auteurs, les mécanismes de défense correspondent à (un mécanisme psychologique qui assure la médiation entre désirs, besoins affectifs et impulsions individuelles d'une part et d'autre part à la fois les interdits internes et la réalité externe). Les mécanismes de défense ne constitueraient donc pas uniquement un moyen de gérer les conflits intrapsychiques, mais aussi une adaptation de la personne aux demandes et contrainte du monde externe.

2-Classification des défenses :

- Six défenses (retrait, inhibition, régression, passage à l'acte, agression passive et projection). Ces mécanismes de défense peuvent être observés même dans le cadre d'un fonctionnement psychique satisfaisant.
- Quatre mécanismes de défense (clivage, idéalisation primitive, omnipotence et dépréciation) Ils correspondent à un style défensif orienté vers la représentation et non

l'action, Ces mécanismes de défense aboutissent au clivage de l'image de soi et des autres en image bonne et mauvaises. Ce style défensif serait utilisé lors de l'adaptation constructive à des situations stressantes, mais également associé aux personnalités narcissiques et aux organisations limites ;

- Associant la formation réactionnelle et le pseudo altruisme : (sacrifice de soi) ;
- Regroupant humour, répression et sublimation. Ces mécanismes de défense contribuent à la maîtrise du conflit et constituent (le style adaptatif).

3-Les instruments d'évaluation :

L'évaluation des mécanismes de défense constitue une des difficultés de l'application de ce concept à la pratique clinique. De fait les descriptions initiales s'appuient sur une approche psycho dynamique de l'individu.

- Les tests projectifs :

Les premiers instruments d'évaluation découlent de la définition psychanalytique des mécanismes de défense et leur assimilation à des processus inconscients. Leur évaluation on pourra ainsi citer :

- L'analyse des histoires produite au TAT (Thematic Apperception Test) de H.A.Murray ;
- La qualification de l'organisation défensive à travers les protocoles du Rorschach ;

- Les auto-questionnaires :

Les auto-questionnaires offrent l'avantage de modalités de passation simples, rapides et reproductibles et d'une fidélité potentiellement accrue, du fait de la suppression du jugement de l'observateur.

- Les entretiens cliniques :

Les entretiens cliniques constituent l'une des techniques les plus employées afin d'identifier les mécanismes de défense. Ces méthodes ont en commun la citation du matériel d'un entretien en direct-enregistre, transcrit ou résumé). L'échelle d'évaluation du fonctionnement défensif proposée dans le DSM et la fiche d'évaluation l'accompagnant permettent D'établir une liste des mécanismes de défense spécifiques et d'indiquer le style défensif prédominant en fonction des sept niveaux de fonctionnement défensifs présentés.

- Présentation du DMRS :

Le DMRS présenté dans cet ouvrage est le plus utilisé et le plus reconnu dans le domaine de l'évaluation empirique des mécanismes de défense.

4-Description de l'instrument :

Chaque mécanisme de défense est défini ainsi sa fonction dans l'économie psychique du sujet. Il est présenté avec un diagnostic différentiel et peut faire l'objet d'une évaluation quantitative :

- L'évaluation qualitative se fait à l'aide d'exemples sur base desquels il est possible de considérer qu'un mécanisme donné est absent, probable ou présent.

- L'évaluation quantitative requiert l'analyse détaillée de l'entretien sur la base de verbatim enregistrés au magnétophone ou vidéo.

5-Hiérarchie des niveaux défensifs :

Action	Passage à l'acte, agressivité passive, hypocondrie
Borderline	Clivage de représentation de soi et de l'objet, identification projective
Désaveu	Déni névrotique, projection, rationalisation
Narcissique	Omnipotence, idéalisation, dépréciation
Névrotique	Refoulement, dissociation, formation réactionnelle, déplacement
Obsessionnel	Isolation, intellectualisation, annulation rétroactive

6-Présentation de mécanismes de défense :

Mécanisme de défense	Définition
Activisme	Gestion des conflits psychique ou des situations traumatiques externes, par le recours à l'action, à la place de la réflexion ou vécu des affects.
Affiliation	L affiliation est la recherche de l'aide et du soutien d'autrui quand on vit une situation qui engendre de l'angoisse.
Annulation Rétroactive	Illusion selon laquelle il serait possible d'annihiler un événement, une action, un souhait, porteurs de conflits, grâce à la toute-puissance d'une action ou d'un souhait ultérieurs, censés avoir un effet de destruction rétroactive.
Anticipation	Anticiper consiste, lors d'une situation conflictuelle, à imaginer l'avenir : - en expérimentant d'avance ses propres réactions émotionnelles ; - en prévoyant les conséquences de ce qui pourrait arriver ; - en envisageant différentes réponses ou solutions possibles.
Clivage	Action de séparation, de division du moi (clivage du moi), ou de l'objet (clivage de l'objet) sous l'influence angoissante d'une menace, de façon à faire coexister les deux parties ainsi séparées qui se méconnaissent sans formation de compromis possible.
Déni	Action de refuser la réalité d'une perception vécu comme dangereuse ou douloureuse pour le moi.
Isolation	Le terme isolation recouvre deux sens. Il peut désigner : - Une élimination de l'affect lié à une représentation (souvenir, idée, pensée) conflictuelle, alors que la représentation question reste consciente ; - Une séparation artificielle entre deux pensées ou deux comportements qui en réalité sont liés, leur relation ne pouvant reconnue sans angoisse par la personne.

Projection	Opération par laquelle le sujet expulse dans le monde extérieur des pensées, affects, désirs qu'il méconnaît ou refuse en lui et qu'il attribue à d'autre, personnes ou chose de son environnement.
Refoulement	Rejet dans l'inconscient de représentations conflictuelles qui demeurent actives, tout en étant inaccessible à la prise de conscience. Le retour du refoulé, dont les conséquences peuvent être anodines ou pathologiques, intervient en cas d'échec ou d'insuffisance du refoulement.

-Référence :

1- Perry. J.C. (Eds). (2009).*Mécanismes de Défense : principes et échelle d'évaluation*. (2nded). Paris : Elsevier Masson.

2- Inescu. S ; Jacquet. M.M. (Eds). (2003).*Les Mécanismes de défense : Théorie et clinique*. Paris : Nathan.

-Lecteurs Conseillées:

1- Chabrol. H., Callahan. S. (2018).*Mécanismes de Défense et Coping*. (3rded). Dunod.