

ÉTUDE DES RELATIONS ENTRE LES SCHEMAS COGNITIFS PRÉCOCES, LES STRATÉGIES D'AJUSTEMENT ET LES STYLES DÉFENSIFS DANS UNE SITUATION D'ANXIÉTÉ DE PERFORMANCE

E. GREBOT⁽¹⁾, N. GIRARD-DEPHANIX⁽²⁾

(1) Maître de conférences de psychologie, Université Champagne Ardennes URCA, Reims.

(2) Psychologue clinicienne, DEA Paris VIII, Saint-Denis.

RÉSUMÉ :

Notre recherche a pour objectif de tester certaines correspondances proposées par Plutchik (1995) entre les cognitions, les styles défensifs et les stratégies d'ajustement. Nous évaluons les schémas cognitifs précoces inadaptés à l'aide du questionnaire de Young, les dérivés conscients des mécanismes de défense à l'aide du questionnaire des *dérivés conscients des mécanismes de défense* de Bond (DSQ 40) et les stratégies d'ajustement à l'aide du questionnaire de Lazarus et Folkman (WCC-R). Nos résultats confirment certaines relations entre les schémas précoces inadaptés et les styles défensifs, et certaines correspondances entre un style de défense et une stratégie de coping proposées par Plutchik. Chaque variable est discutée dans sa dimension situationnelle ou dispositionnelle.

Mots-clés : Schémas précoces inadaptés, styles défensifs, stratégies d'ajustement ou coping, facteur dispositionnel ou situationnel.

SUMMARY: *Relationship between precocious inadapted schemes, coping strategies and defense styles, facing exam anxiety performance*

E. GREBOT, N. GIRARD DEPHANIX (*Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 2004 ; 14, 4, 165-174).

This research was designed to test certain correspondences suggested by Conte and Plutchik (1995) between cognition, defense styles and coping strategies. Precocious Inadapted Schemes are evaluated using the Young Scale, conscious derives of defense mechanisms and the Bond Defense Style Questionnaire (DSQ 40) as well as the Lazarus and Folkman coping strategies questionnaire (WCC-R). Our results confirm some relationships between certain Precocious Inadapted Schemes and defence styles, as well as between some defense styles and coping strategies. Each factor is discussed in its situational or dispositional dimension.

Key words: *Precocious Inadapted Schemes, defensive styles, coping strategy, dispositional or situational factor.*

Les mécanismes de défense ont été initialement décrits comme mécanismes psychologiques par S. Freud en 1894 dans l'ouvrage *Psycho-*

névrose de défense. Anna Freud (1936) a développé cette notion dans son livre *Le Moi et les mécanismes de défense*, où elle complète la liste des dix mécanismes de défense de S. Freud de nouvelles « méthodes défensives » : le déni, le pseudo-altruisme, l'identification à l'agresseur associée à la projection de la culpabilité. Elle définit la défense « *comme une activité du Moi destinée à protéger le sujet contre une trop grande*

Correspondance : E. GREBOT, Maître de conférences de psychologie, Clinique et pathologique à l'université Champagne Ardennes URCA, Laboratoire Stress et Société (EA 2073), 57, rue Taittinger, 51096 Reims.
e-mail : Elisabeth.Grebot@univ-reims.fr

exigence pulsionnelle » (1936). Plus récemment, la quatrième édition de la classification américaine des troubles mentaux (DSM IV) définit les « *mécanismes de défense ou coping* » comme « *des processus psychologiques automatiques qui protègent l'individu de l'anxiété ou de la perception de dangers ou de facteurs de stress internes ou externes. Les individus n'ont généralement pas conscience de ces processus lorsqu'ils sont à l'œuvre. Les mécanismes de défense opèrent une médiation entre la réaction de l'individu aux conflits émotionnels et les facteurs de stress, internes ou externes* ».

CRITÈRES DE DISTINCTION ENTRE MÉCANISMES DE DÉFENSE ET COPING

Cramer (1998, 2000) distingue le coping et les mécanismes de défense selon cinq dimensions : le statut conscient ou inconscient du processus mental impliqué, le but intentionnel ou non intentionnel, la conception d'une hiérarchie de processus, le caractère dispositionnel ou situationnel, le continuum santé-pathologie :

Processus conscient ou inconscient

Les défenses sont définies comme des processus inconscients tandis que les processus de coping sont décrits comme des stratégies conscientes, à l'exception de Lazarus et Folkman (1984) qui incluaient des processus se produisant en dehors de la conscience parmi les moyens de coping.

Intentionnalité

Les stratégies de coping « se réfèrent à des tentatives intentionnelles cognitives ou comportementales de l'individu pour gérer un stresser », tandis que les mécanismes de défense fonctionnent sans participation consciente de la part de l'individu. Cependant, la distinction entre actes intentionnels et actes non intentionnels est également opérée à l'intérieur du champ des stratégies de coping.

Conception hiérarchique des défenses

La littérature consacrée aux mécanismes de défense défend souvent que les défenses puissent être ordonnées selon une hiérarchie basée sur la maturité psychologique, ou la complexité, ou en association avec l'âge chronologique. L'approche

hiérarchique ne fait pas, en général, partie de la littérature sur le coping.

Caractère dispositionnel – situationnel

Cramer (1998) étudie également la dimension dispositionnelle ou situationnelle des deux processus comme critère distinctif possible mais trop problématique. Le concept de mécanismes de défense est un concept dispositionnel tandis que les stratégies de coping sont généralement considérées comme facteurs situationnels. Les mécanismes de défense sont conçus comme des caractéristiques durables de l'individu alors que, la tendance générale dans les paradigmes de la recherche sur le coping a été de se focaliser sur les effets de situation dans la détermination des stratégies de coping à quelques exceptions près. Cramer considère que la « distinction entre défense et coping sur la base de construct dispositionnel ou situationnel est plus apparent que réel ». Cramer conçoit que les situations impliquant différents types ou degrés de stress puissent susciter des mécanismes de défenses différents. En conséquence, « la distinction – disposition – situation – apparaît peu utile si les défenses sont des mécanismes stables de la personnalité de l'individu, ceci n'empêchant pas que le sujet soit sensible aux facteurs de situations ».

Continuum santé – pathologie

Cramer différencie les défenses et les stratégies de coping selon un continuum santé-pathologie : les défenses sont plus associées à la pathologie que les stratégies de coping.

Correspondances entre cognitions, mécanismes de défense et coping selon Plutchik

Plutchik propose la liste la plus brève qui se réduit à huit mécanismes de défense. Observant dans la littérature l'existence de similarités, voire de redondances, de polarités ou oppositions entre les mécanismes de défense, il demande à des psychiatres expérimentés de comparer chacun des 16 mécanismes de défense avec un autre, en terme de degré de similitude. Les auteurs établissent un diagramme circulaire où les distances sur la circonférence définissent le degré de proximité des défenses ainsi que des oppositions ou polarités. Les regroupements concernent :

— le déni, le refoulement, l'annulation rétroactive ;

— l'intellectualisation, la rationalisation, l'iso-
lation ;

— la projection, le déplacement, l'activisme.

Les polarités opposent la sublimation à la régression, la sublimation à la formation réactionnelle, l'activisme au refoulement. Ce diagramme marque le début d'une conceptualisation circonférentielle des émotions et de leurs dérivés (Plutchik, 1997). Plutchik intègre l'étude des mécanismes de défense dans un modèle psycho-évolutionniste où le concept d'émotions est central et, plus vaste que les trois dimensions habituelles -subjective, comportementale et physiologique. Les émotions visent au retour d'une relation stable et fonctionnelle entre l'organisme et l'environnement, lorsque cette relation a été interrompue. Les émotions sont conçues comme des réactions d'ajustement transitoires. Plutchik décline sa conception des émotions et de leurs dérivés en trois approches :

— l'approche structurale stipule l'existence de huit émotions primaires : le dégoût, la colère, l'anticipation, la joie, l'acceptation, la peur, la surprise et la tristesse (*tableau I*) ;

— le modèle séquentiel s'intéresse aux composantes de la réaction émotionnelle et à leur séquence. Il postule que les émotions sont des processus circulaires, liant par des boucles de rétroaction les événements qui les composent, à savoir l'événement stimulus, la cognition inférée, le sentiment, et l'activation physiologique, l'impulsion à l'action, la manifestation comportementale, et leur effet (*tableau II*) ;

— le modèle des émotions et leurs dérivés soutiennent que, plusieurs entités conceptuelles, tels les traits de personnalité, les troubles de la personnalité et les mécanismes de défense, sont systématiquement dérivés des émotions et présentent, entre eux, des structures particulières de relations.

Dans ce modèle, le rôle général des mécanismes de défense est le contrôle de l'expression des émotions. Le contrôle d'une émotion primaire particulière est attribué à un mécanisme de défense particulier. Le modèle postule que chaque défense, rigide et inconsciente, possède une structure sous-jacente de base (Plutchik, 1995, 2000). Elle comprend des traits associés, un

TABLEAU I. — Les émotions et leurs dérivés (Plutchik, 1995, 2000).

Langage subjectif	Langage fonctionnel	Langage des traits	Langage diagnostique	Langage des défenses	Langage des styles de coping
Peur	Protection	Timide	Passif	Répression	Évitement
Colère	Destruction	Querelleur	Anti-social	Déplacement	Substitution
Joie	Reproduction	Sociable	Maniaque	Formation Réactionnelle	Inversion
Tristesse	Réintégration	Mélancolique	Dépressif	Compensation	Substitution
Acceptation	Incorporation	Confiant	Hystérique	Déni	Minimisation
Dégoût	Rejection	Hostile	Paranoïaque	Projection	Hétéro-blâme
Attente	Exploration	Curieux	Obsessif-compulsif	Intellectualisation	Planification
Surprise	Orientation	Indécis	État-limite	Régression	Soutien social

TABLEAU II. — Éléments clés dans une séquence émotionnelle (Plutchik, 1995, 2000).

Événement stimuli	Cognition	Sentiment/ État subjectif	Comportement manifesté	Effet
Menace	« Danger »	Peur	Fuite	Sécurité
Obstacle	« Ennemi »	Colère	Attaque	Destruction de l'obstacle
Gain d'un objet apprécié	« Possession »	Joie	Maintien/ répétition	Gain de ressources
Perte d'un objet apprécié	« Abandon »	Tristesse	Pleurs	Réintégration de l'objet perdu
Membre d'un groupe	« Ami »	Acceptation	Soin de l'apparence	Support mutuel
Objet impalpable	« Poison »	Dégoût	Vomissements	Éjection du poisson
Nouveau territoire	« Examine »	Attente, expectative	Planification	Connaissance du territoire
Événement imprévu	« qu'est-ce? »	Surprise	Arrêt des activités	Gain de temps pour se repérer

besoin social, une méthode, et une fonction. Les défenses sont remplacées à l'âge adulte par des méthodes plus flexibles de modulations des émotions : les stratégies de coping. Pour Plutchik, mécanismes de défense et stratégies de coping sont tous deux dépendants de l'émotion en jeu plus que de la situation ou de la personnalité, qui constitue respectivement un composant et un dérivé (tableau III).

Le reproche adressé à ce modèle est son caractère mécaniste où la nature processuelle des mécanismes de défense est secondaire. Toutefois, la perspective intégrative de Plutchik a le mérite de proposer une mise en correspondance théorique entre mécanismes de défense, cognitions et stratégies d'ajustement, tous dérivés des émotions, selon ce modèle.

Dans ce travail, nous nous intéressons à la relation entre cognitions et défenses à travers l'étude du rôle des Schémas Précoces Inadaptés, évalués à l'aide du questionnaire de Young (1994, in Bouvard, 1999) sur les « dérivés conscients des mécanismes de défense », évalués à l'aide du questionnaire de style défensif de Bond (DSQ 40). Les relations testées dans cette recherche entre schémas précoces inadaptés et styles défensifs sont inspirées du modèle de Plutchik.

Une recherche antérieure (Greboto et Girard, 2004) a montré que les schémas précoces inadap-

tés pourraient être intégrés comme facteur antécédent dans le modèle intégratif multifactoriel de la santé de Bruchon Schweitzer (2002) et une autre étude (Greboto et Girard, 2004) a montré que les « dérivés conscients des mécanismes de défense » évalués à l'aide du questionnaire de style défensif (DSQ) de Bond variaient selon la situation stressante et pouvaient être considérés comme des médiateurs à intégrer dans le modèle de la santé de Bruchon Schweitzer (2002). En conséquence, nous étudions ici les trois facteurs suivants : les schémas précoces inadaptés considérés comme antécédents, les « dérivés conscients des mécanismes de défense » considérés comme médiateurs cognitifs, et les stratégies de coping conçues comme des médiateurs comportementaux. L'objectif de ce travail est d'évaluer les relations entre ces trois facteurs interagissant dans une situation d'anxiété de performance universitaire.

SCHÉMAS PRÉCOCES INADAPTÉS ET STYLES DÉFENSIFS

La perspective intégrative de Plutchik tend à montrer la mise en correspondance possible entre cognitions et mécanismes de défense. Les cognitions sont évaluées dans ce travail, à l'aide

TABLEAU III. — Structure sous-jacente des mécanismes de défense (Plutchik, 1995).

Mécanisme de défense	Traits associés	Besoin social	Méthode	Fonction
Répression	Timide, passif, léthargique, obéissant	Éviter ou de se retirer des relations sociales	Oublier les événements douloureux	Maintenir la passivité et éviter les décisions et l'anxiété
Déplacement	Agressif, provocateur, cynique	Trouver un bouc-émissaire vers qui diriger l'hostilité	Attaquer un symbole ou substitut comme source de frustration	Exprimer la colère sans crainte de représailles
Formation réactionnelle	Altruiste, puritain, consciencieux, moraliste	Exhiber un comportement « bon » (correct)	Renverser les sentiments d'intérêt en leurs contraires	Cacher l'intérêt dans les comportements « mauvais », surtout sexuels
Compensation	Vantard, rêveur, soucieux de ne pas être à la hauteur	Être reconnu, admiré, et applaudi	Exagérer les aspects positifs du Self	Compenser une faiblesse perçue ou remplacer une perte
Déni	Acritique, confiant, influençable, authentique, romantique	Éviter les conflits dans les relations sociales	Interpréter menaces et problèmes comme bénins	Maintenir le sentiment d'être apprécié et aimé
Projection	Critique, trouvant des fautes, blâmant	Identifier des imperfections chez les autres	Blâmer ou se montrer hypercritique	Diminuer les sentiments d'infériorité, honte, ou imperfections personnelles
Intellectualisation	Obsessionnel, dominant, possessif	Contrôler toutes les relations sociales	Trouver des justifications rationnelles pour tous les actes	Empêcher l'expression de pulsions soudaines ou inacceptables
Régression	Impulsif, agité, sous contrôle	Décharger (<i>act out</i>) les pulsions	Exprimer des comportements impulsifs et immatures	Atteindre l'acceptation des actes impulsifs

du questionnaire de *Schémas Précoces Inadaptés* de Young. Les schémas sont des assomptions latentes, « des modèles internes portant sur soi et le monde, que les individus utilisent pour percevoir, traiter et se remémorer l'information » (Hollon, Beck, 1995) ; ils sont liés à des émotions, qu'ils activent et qui les renforcent en retour. Quand les schémas sont erronés, c'est-à-dire trop rigides et généralisés, les évaluations de soi et du monde sont déformées ou exagérées. La présence de pensées automatiques pathogènes résulte de ce traitement de l'information erroné, et les réponses de l'individu sont par conséquent, inadaptées. Young (1994, in Bouvard, 1999) propose un questionnaire élaboré à partir de son expérience clinique, pour évaluer des schémas mal adaptés ou pathogènes, dits *Schémas Précoces Inadaptés*. Il s'agit de « croyances fondamentales développées à partir d'expériences affectives et relationnelles vécues avec des personnes significatives de l'entourage pendant l'enfance. Les schémas inadaptés précoces représentent des vérités absolues sur soi-même et le monde » (Bouvard, 1999). Adaptatifs pendant l'enfance, ces schémas précoces sont d'une utilité limitée à l'âge adulte, et peuvent entraîner des troubles pathologiques. Young postule qu'une activation intense d'un Schéma Précoce Inadapté entraîne un traitement de l'information rigide, imperméable, inadapté, ainsi qu'une saturation de la pensée. En conséquence, nous nous sommes demandés si une augmentation du niveau d'activation des Schémas Précoces Inadaptés, consécutive à l'imminence du stresser entraîne une augmentation de la probabilité d'interpréter l'événement stimulus dans le sens du Schéma Précoce Inadapté, et d'activer toute la séquence émotionnelle associée. Plutchik (1995) parle effectivement de la nécessité d'une interprétation cognitive pour évaluer la pertinence de la situation face à l'enjeu de la survie. Cette rigidification peut plus particulièrement s'appliquer aux dérivés conceptuels des émotions, par une boucle de rétroaction positive entre augmentation de l'activation des Schémas Précoces Inadaptés et renforcement des émotions auxquelles ils sont liés. Selon notre hypothèse, cet effet auto renforteur aurait notamment entraîné une systématisation du lien entre les deux dérivés nous intéressant à savoir, les mécanismes de défense et les schémas cognitifs. L'objectif de cette recherche est de vérifier l'existence d'une relation entre certains Schémas Précoces Inadaptés et les huit mécanismes de défense associés aux cognitions dans le modèle séquentiel de Plutchik.

STYLES DÉFENSIFS ET STRATÉGIES D'AJUSTEMENT

Conte et Plutchik (1995) ont proposé un tableau de correspondances théoriques entre huit groupes de défenses et huit styles de coping.

— **Défenses : Répression, isolation, introjection** : exclusion, renvoi, expulsion de la conscience d'une idée et ou des émotions associées pour éviter les conflits ou les menaces douloureux (ses). **Coping : évitement** : tentative pour résoudre un problème en évitant la personne ou la situation susceptibles d'avoir créé le problème ou en stoppant la pensée ou en détournant l'attention du problème.

— **Défense : Dénigrement** : absence de conscience de certains événements, expériences ou sentiments qui pourraient être douloureux à connaître. **Coping : Minimalisation** : tentative pour résoudre le problème en considérant que le problème n'est pas aussi important que le pensent les autres.

— **Défense : Déplacement** : libération des émotions refoulées, habituellement sur des objets, animaux ou personnes, perçus comme moins dangereux pour l'individu que tous ceux ayant provoqué initialement les émotions. **Coping : Substitution** : tentative pour résoudre le problème en optant pour des activités agréables non associées (par exemple : réduire la tension liée à un problème en utilisant la méditation, l'exercice ou l'alcool).

— **Défense : Régression- Acting out** : replis sous l'effet du stress dans des schémas de comportements et de gratification antérieur ou plus immature. **Coping : soutien social** : recherche de soutien social et d'aide.

— **Défenses : Compensation, identification, fantaisie** : développement d'une qualité dans un domaine pour compenser une défaillance réelle ou imaginée dans un autre domaine. **Coping : Remplacement** : résoudre un problème en tirant parti des faiblesses ou des limitations qui existent soit en la personne soit dans la situation.

— **Défenses : Intellectualisation Sublimation Annulation Rationalisation** : contrôle inconscient des émotions et des impulsions par dépendance excessive aux interprétations rationnelles des situations. **Coping : planifier** : recueillir le plus d'informations possibles sur le problème avant d'agir ou prendre une décision.

— **Défense : Projection** : refus inconscient des pensées, des traits, des désirs émotionnellement inacceptables et l'attribution de ceux-ci à d'autres. **Coping : blâmer** les autres de l'existence d'un problème ou blâmer le système.

— **Défense : Formation réactionnelle** : prévention de l'expression de désirs inacceptables, particulièrement sexuels ou agressifs, en développant ou en exagérant des attitudes ou des comportements opposés. **Coping : Inversion** pour résoudre un problème en faisant l'opposé de ce que vous sentez (par exemple, sourire quand vous avez peur).

MÉTHODE

Objectif

L'objectif de cette recherche est de vérifier l'existence de relations entre

1. Schémas Précoces Inadaptés et certains mécanismes de défense associés aux cognitions d'après le modèle séquentiel de Plutchik.

2. Styles défensifs et stratégies d'ajustement ou coping.

Plutchik prend en considération les huit mécanismes suivants : la répression, le déni, le déplacement, la régression la compensation, l'intellectualisation, la projection et la formation réactionnelle. Certains mécanismes de défense sont évalués par les items du questionnaire de défense de Bond tandis que, certains mécanismes comme la compensation, l'intellectualisation et la régression ne sont pas estimés à l'aide de ce questionnaire (DSQ 40). Par contre, le questionnaire de mécanismes de défense de Bond évalue la *Rationalisation* et l'*Acting out* que nous retenons à la place de l'*intellectualisation* et la *régression*. Par ailleurs, le mécanisme de défense appelé *Déni* par Plutchik et par Bond ne semble pas décrire le même procédé psychique ; en conséquence, nous ne mettons pas à l'épreuve les items du déni dans ses relations avec les schémas précoces inadaptés.

Présentation des outils

Le Questionnaire de Styles Défensifs de Bond (DSQ)

Afin de mesurer les *dérivés conscients des mécanismes de défense*, nous avons administré la version à quarante items du questionnaire des styles défensifs de Bond *et coll.* Mis au point par Andrews *et coll.* (1993), ce questionnaire explore vingt mécanismes de défense, soit deux items par défense et trois styles : mature, névrotique et immature (Guelfi *et coll.*, 2000).

Le mode de cotation est une échelle de type Lickert à 9 points, de 1 à 9, évaluant le degré d'accord avec les comportements et attitudes décrits. Cette version distingue trois facteurs ou styles défensifs :

— style mature : 4 mécanismes de défense : sublimation, humour, anticipation et répression ;

— style névrotique : 4 mécanismes de défense : annulation, formation réactionnelle, pseudo-altruisme et idéalisation ;

— style immature : 12 mécanismes de défense : projection, agression passive, acting out, isolation, dévalorisation/omnipotence, rêverie autistique, déni, déplacement, dissociation, clivage, rationalisation et somatisation.

Le questionnaire des Schémas de Young (YSQ)

La version française du questionnaire des Schémas Inadaptés Précoces de Young (1994) a été traduite par Rusinek en 1999 et évalue quinze schémas :

1. *carence affective* : plainte passée et présente sur le manque de partage émotionnel avec les autres, le manque de considération et d'affection ;

2. *abandon* : impression que les relations appréciées avec autrui vont cesser et provoquer un sentiment de perte insurmontable ;

3. *abus, méfiance* : impression que les autres agissent pour des motifs cachés et cherchent à nuire ;

4. *isolement social, exclusion* : solitude, rejet par les autres, incapacité à s'investir dans une relation ;

5. *imperfection* : indignité rendant improbable le fait d'être aimé ;

6. *échec* : croyance en un niveau d'aptitude et de réussite inférieure aux autres ;

7. *dépendance, incompétence* : impression d'avoir besoin des autres pour analyser les événements, même quotidiens, et réagir face eux ;

8. *vulnérabilité* : peur d'une catastrophe imminente ;

9. *relation fusionnelle* : incapacité à se détacher de l'opinion et de l'influence des parents ou des partenaires ;

10. *assujettissement* : sujétion aux volontés et désirs d'autrui, difficulté d'affirmation de soi ;

11. *sacrifice de soi* : abnégation ;

12. *contrôle émotionnel à outrance* : incapacité à montrer et exprimer ses émotions ;

13. *exigences élevées* : désir de perfection, incapacité à être satisfait par ses actions ;

14. *tout m'est dû* : rejet des règles et conventions, idée de grandeur ;

15. *manque d'auto-contrôle* : manque de discipline et de volonté pour achever les tâches, refus d'agir contre sa volonté.

Évaluation des stratégies d'ajustement

Les stratégies de coping sont évaluées à l'aide de la version française du questionnaire de coping révisé de Lazarus et Folkman (*Way of Coping Check-List-Revised, W.C.C-R*), validée par Graziani *et coll.* (1998) et dont l'analyse factorielle révèle l'existence de 10 facteurs :

1. *Recherche d'une solution au problème* : le sujet établit un plan d'action afin de trouver des solutions.

2. *Évasion* contient des stratégies d'évitement de la situation stressante.

3. *Soutien social* : recherche d'informations, d'aide morale et matérielle afin de résoudre le problème.

4. *Auto-contrôle* permet au sujet de se contrôler, se rassurer et de se remettre en question.

5. *Fuite-Évitement* dans le sommeil, dans la nourriture, l'alcool, les médicaments et la drogue.

6. *Responsabilisation-Replanification* : prise de conscience de la responsabilité personnelle et tentative de réparer.

7. *Résignation* : attitude d'évitement ou de dénégation de la situation stressante.

8. *Diplomatie* : recherche d'un compromis et du dialogue.

9. *Confrontation* : stratégies d'agression vis-à-vis des responsables du problème.

10. *Évolution personnelle* : changement du sujet qui se met en question.

Population et stresser

La population étudiée est constituée de 213 étudiants en première année d'université. 94,4 % d'entre eux sont étudiants en psychologie-sociologie. Ils ont tous reçu pour leur participation volontaire à l'expérience un point comptant pour leur examen de janvier. 86 % de la population est de sexe féminin, ce qui est assez représentatif de la proportion femme-homme lors de la première année de DEUG de ces disciplines.

Nous avons évalué les schémas précoces inadaptés et les styles défensifs le premier jour de la semaine d'examen, quelques heures après la première épreuve.

Hypothèses concernant les schémas précoces inadaptés et les styles défensifs

Nos hypothèses sur les relations entre les Schémas Précoces Inadaptés et les dérivés conscients des mécanismes de défense se basent sur

1. les énoncés du contenu de chaque Schéma Précoce Inadapté (Young, cité par Bouvard, 1999) ;

2. les définitions des structures sous-jacentes aux huit mécanismes de défense (Plutchik, 1995),

3. les descriptions des huit émotions primaires et leurs dérivés (Plutchik, 1995),

4. la similitude existant entre les descriptions de certains Schémas Précoces Inadaptés et les traits de personnalités associés aux mécanismes de défense dans le modèle de Plutchik.

— Plutchik lie la *répression* à la cognition *Menace*, à l'émotion *Peur*. Nous faisons l'hypothèse d'une relation négative entre le style défensif *Répression* et le Schéma Précoce Inadapté « *manque d'auto-contrôle* » et une relation positive avec les schémas « *isolement social* », « *contrôle émotionnel à outrance* » et « *vulnérabilité* » (hypothèse 1).

— Plutchik lie le déplacement à la cognition *Ennemi*, à l'émotion *Colère*. Nous postulons une relation entre le *Déplacement* et les Schémas Précoces Inadaptés « *abus- méfiance* », « *tout m'est dû* », « *manque d'auto-contrôle* » (hypothèse 2).

— Dans le modèle de Plutchik, la *formation réactionnelle* correspond à la cognition *Possession*, à l'émotion *Joie*, à une personnalité sociale, altruiste, consciencieuse et moraliste qui recourt à ce mécanisme de défense pour cacher des désirs inverses culpabilisés. Nous postulons une relation entre la *Formation réactionnelle* et les trois Schémas Précoces Inadaptés suivants : « *isolement social* », « *sacrifice de soi* », « *assujettissement* » (hypothèse 3).

— La *projection* est liée au *dégoût*, chez une personne au caractère hostile, hypercritique, accusateur, qui pointe les imperfections des autres afin de minimiser son propre sentiment d'infériorité et de honte. Nous postulons une relation entre le mécanisme de défense de *Projection* et les schémas « *abus méfiance* », « *isolement social* », « *imperfection* », « *vulnérabilité* » et « *exigences élevées* » (hypothèse 4).

— L'*acting out* est lié à l'émotion de la *surprise* face à des événements imprévus, une personnalité marquée par l'indécision, ou l'impulsivité, le manque d'auto-contrôle, la nervosité et l'agitation. Nous formulons l'hypothèse d'une corrélation positive entre l'*acting out* et les trois Sché-

mas Précoces Inadaptés : « *tout m'est dû* » et « *manque d'auto-contrôle* », et d'une corrélation négative avec le schéma « *contrôle émotionnel à outrance* » (hypothèse 5)

— Dans le modèle de Plutchik, le déni est lié à l'émotion *Acceptation sociale*, à une personnalité confiante, acritique, influençable, qui cherche à éviter les conflits sociaux en interprétant comme bénins tous problèmes, afin de maintenir le sentiment d'être aimé et accepté. Le déni ainsi défini par Plutchik ne correspond pas au contenu des items évaluant le déni dans le questionnaire de styles défensifs de Bond.

Hypothèses concernant les styles défensifs et les stratégies d'ajustement

Nous testons l'existence d'une relation entre le style défensif et la stratégie d'ajustement selon le tableau IV.

RÉSULTATS

Schémas Précoces Inadaptés et styles défensifs

De nombreuses corrélations entre mécanismes de défense et Schémas Précoces Inadaptés sont significatives.

La *répression* est liée négativement aux Schémas Précoces Inadaptés « *manque d'auto-contrôle* » ($R = -0,167$; $\alpha = 0,01$), « *abandon* » ($R = -0,114$; $\alpha = 0,05$), « *vulnérabilité* » ($R = -0,126$; $\alpha = 0,033$) et positivement à « *isolement social* » ($R = -0,130$; $\alpha = 0,03$) et « *contrôle émotionnel à outrance* » ($R = -0,152$; $\alpha = 0,013$). L'hypothèse 1 est vérifiée.

La *formation réactionnelle* est positivement corrélée avec les schémas « *isolement social* » ($R = -0,291$; $\alpha = 0,001$), « *assujettissement* » ($R = 0,196$; $\alpha = 0,002$), « *méfiance-abus* » ($R = 0,118$; $\alpha = 0,043$), « *sacrifice de soi* » ($R = 0,243$; $\alpha = 0,001$) et « *manque d'auto-contrôle* » ($R = 0,113$; $\alpha = 0,05$). L'hypothèse 3 est vérifiée.

La *projection* présente une corrélation positive avec tous les Schémas Précoces Inadaptés. Le déplacement corrèle avec tous les schémas Précoces Inadaptés à l'exception des deux suivants : « *exigences élevées* » et « *tout m'est dû* ». L'hypothèse 4 est vérifiée.

L'*acting out* est corrélé avec les Schémas Précoces Inadaptés : « *abandon* » ($R = 0,218$; $\alpha = 0,001$), « *abus-méfiance* » ($R = 0,244$; $\alpha = 0,001$), « *échec* » ($R = 0,200$; $\alpha = 0,002$), « *vulnérabilité* » ($R = 0,275$; $\alpha = 0,001$), « *exigences élevées* » ($R = 0,199$; $\alpha = 0,002$), « *tout m'est dû* » ($R = 0,279$; $\alpha = 0,001$), « *manque d'auto-contrôle* » ($R = 0,235$; $\alpha = 0,001$), « *relation fusionnelle* » ($R = 0,121$; $\alpha = 0,039$), et « *contrôle émotionnel à outrance* » ($R = 0,142$; $\alpha = 0,019$). L'hypothèse 5 est vérifiée.

Le modèle de correspondance entre les cognitions et les mécanismes de défense de Plutchik, est validé dans ce travail qui confirme de nombreuses relations entre les Schémas Précoces Inadaptés estimés à l'aide du questionnaire de Young (1994) et les « dérivés conscients des mécanismes de défense » évalués à l'aide du questionnaire de Bond (DSQ 40).

Toutefois, les liens observés sont moins exclusifs que les correspondances proposées par Plutchik. Les instruments d'évaluation des schémas cognitifs précoces et le questionnaire des styles défensifs de Bond ne sont peut-être pas les outils les plus adaptés à l'opérationnalisation des hypothèses du modèle de Plutchik.

Styles défensifs et stratégies d'ajustement

— Le style défensif *Répression* est lié à la stratégie d'ajustement *Résolution de problèmes* ($r = 0,180$, $p = 0,004$) et non à l'*Évitement*. L'hypothèse 1 n'est pas validée.

— Le style défensif *Déplacement* est lié à la stratégie d'ajustement *Évasion* ($r = 0,231$, $p = 0,000$) mais aussi à la *Résolution de problèmes* ($r = 0,202$, $p = 0,002$), *Auto contrôle* ($r = 0,340$, $p = 0,000$), *Responsabilisation* ($r = 0,364$,

TABLEAU IV. — Existence d'une relation entre le style défensif et la stratégie d'ajustement.

Défense	Stratégie d'ajustement
Répression	Évitement (hypothèse 1)
Déplacement	Évitement fuite – Évasion (hypothèse 2)
Acting out	Soutien social (hypothèse 3)
Rationalisation	Planification (hypothèse 4)
Projection	Confrontation (hypothèse 5)
Formation réactionnelle	Inversion des émotions (hypothèse 6)

$p = 0.000$), *Résignation* ($r = 0.219$, $p = 0.001$) *Évolution personnelle* ($r = 0.255$, $p = 0.001$). L'hypothèse 2 est validée.

— Le style défensif *Acting out* est lié à la stratégie d'ajustement *Évasion* ($r = 0.211$, $p = 0.001$), à l'*Évitement* ($r = 0.217$, $p = 0.001$), à la *Résignation* ($r = 0.146$, $p = 0.016$), à la *Confrontation* ($r = 0.427$, $p = 0.000$) et non au *Soutien social* : l'hypothèse 3 n'est pas validée.

— Le style défensif *Rationalisation* est lié aux stratégies d'ajustement *Résolution de problèmes* ($r = 0.149$, $p = 0.015$), *Responsabilisation* ($r = 0.165$, $p = 0.008$), *Résignation* ($r = 0.189$, $p = 0.003$), *Confrontation* ($r = 0.223$, $p = 0.001$), *Évitement* ($r = 0.188$, $p = 0.003$), *Évasion* ($r = 0.123$, $p = 0.036$). L'hypothèse de Plutchik d'une relation entre la défense *Rationalisation* et le coping *Planification* est validée à travers la stratégie d'ajustement *Résolution de problèmes* et *Responsabilisation* – *Replanification*. L'hypothèse 4 est validée.

— Le style défensif *Projection* est lié négativement à la stratégie d'ajustement *Résolution de problèmes* ($r = -0.144$, $p = 0.018$) et positivement aux stratégies d'ajustement de *Évasion* ($r = 0.368$, $p = 0.001$), *Évitement* ($r = 0.166$, $p = 0.008$), *Responsabilisation* ($r = 0.310$, $p = 0.001$), à la *Résignation* ($r = 0.212$, $p = 0.001$), et *Confrontation* ($r = 0.183$, $p = 0.004$). L'hypothèse de Plutchik d'une relation entre la défense projection et le coping consistant à blâmer les autres de l'existence d'un problème ou blâmer le système est validée à travers la stratégie d'ajustement de *Confrontation*. L'hypothèse 5 est validée.

— Le style défensif *Formation réactionnelle* est lié à la stratégie d'ajustement *Auto contrôle* ($r = 0.340$, $p = 0.000$), *Responsabilisation* ($r = 0.364$, $p = 0.000$), *Résignation* ($r = 0.219$, $p = 0.001$), *Évolution personnelle* ($r = 0.255$, $p = 0.000$), *Résolution de problèmes* ($r = 0.202$, $p = 0.002$), l'*Évasion* ($r = 0.231$, $p = 0.000$), ainsi qu'au *Soutien social* ($r = 0.145$, $p = 0.017$). L'hypothèse 6 est validée.

Une majorité de correspondances proposées par Plutchik entre les mécanismes de défense et les stratégies d'ajustement sont validées dans ce travail. Toutefois, de nombreuses relations observées dans nos données ne sont pas prises en considération dans les correspondances du modèle de Plutchik. De plus, nos données ne confirment pas les regroupements opérés dans le modèle psycho-évolutionniste de Plutchik de différents mécanismes de défenses tels que l'annulation et la sublimation, qui ne sont pas liées aux mêmes stratégies de coping.

DISCUSSION

Les correspondances entre les Schémas Précoces Inadaptés et les « *dérivés conscients des mécanismes de défense* », ainsi que les relations postulées entre les mécanismes de défense et les stratégies d'ajustement proposées par la théorie psycho-évolutionniste des émotions de Plutchik (1995, 1997, 2000) sont partiellement validées. Toutefois, les relations établies par nos résultats révèlent le caractère réductionniste des correspondances postulées entre les cognitions, les mécanismes de défense et les stratégies de coping dans le modèle des *dérivés conscients* des émotions de Plutchik. Nos résultats mettent en évidence les risques simplificateurs d'une tentative de correspondances basées sur des regroupements. En revanche, nos résultats ne valident pas l'assimilation effectuée par le manuel diagnostique et statistique des maladies mentales entre les mécanismes de défense et le coping.

La vérification de telles hypothèses de correspondance entre les cognitions, les défenses et les stratégies d'ajustement appellent d'autres recherches recourant à des méthodes plus complexes que les calculs corrélacionnels qui représentent une limite méthodologique indéniable de notre étude et s'avère incapable de tester ce modèle holistique. Les liens possibles entre traitement dysfonctionnel de l'information et mécanismes de défense, dans le cadre du modèle psycho-évolutionniste des émotions, sont notamment à approfondir en s'inspirant de l'approche circunférentielle de Plutchik complétée par la conception des degrés de maturité des défenses de Cramer. En effet, Cramer (1987, 1990) dans le manuel des mécanismes de défense décline chaque défense en catégories selon leur degré de maturité à l'image de la classification de Vaillant qui distinguait quatre catégories de mécanismes de défense selon leur maturité ou leur immaturité. Ainsi, la projection est déclinée en sept catégories : trois décrivent la projection immature (de 1 à 3) et quatre la projection mature (de 4 à 7) :

1. attribution de sentiments hostiles ou d'intentions ou autres sentiments ou intentions, inhabituels à un personnage ;
2. attribution de qualités menaçantes aux gens, animaux, objets, etc ;
3. projection devant une menace extérieure ;
4. thèmes de poursuite, prise au piège et fuite ;
5. appréhension de mort, injures ou attaques ;
6. pensée magique ou autistique et

7. histoire ou thèmes bizarres.

Le déni est décomposé en sept catégories représentant différents aspects de la défense.

Le déni immature est évalué à l'aide des critères allant de 1 à 5 et le déni mature est estimé avec les critères 6 et 7 :

1. exposé de négation ;
2. déni de la réalité ;
3. inversion – revirement d'opinion – annulation – renversement ;
4. mauvaise perception ;
5. omission de caractères majeurs ou d'objets ;
6. maximiser le positif et minimiser le négatif ;
7. bonté inattendue, optimisme, positivité et douceur.

Nous constatons que le déni décrit dans les deux items du questionnaire des mécanismes de défense de Bond (DSQ 40) correspond à la catégorie 6 et 7 de Cramer à savoir le déni mature. Quant à la projection, le style défensif décrit dans les deux items du questionnaire des mécanismes de défense de Bond (DSQ 40) correspond à la projection mature. Nous proposons de reprendre l'approche circumférentielle utilisée par Plutchik dans son modèle psycho-évolutionniste des émotions et dérivés, et d'appliquer cette représentation aux mécanismes de défense. Ainsi, nous dessinons un cercle et disposons chaque mécanisme de défense sur un axe en le déclinant selon différents degrés de maturité allant du centre à la circonférence du cercle. Nous faisons l'hypothèse que les catégories matures des mécanismes de défense sont davantage liées aux stratégies d'ajustement que les catégories les plus immatures des mécanismes de défense qui sont en polarité avec les stratégies d'ajustement. Nous suggérons que des recherches ultérieures déclinent les mécanismes de défense à la lumière de la méthodologie de Cramer et de Plutchik afin de clarifier les confusions actuelles entre les mécanismes de défenses et les stratégies d'ajustement.

RÉFÉRENCES

- ANDREWS G, SINGH M, BOND M. The Defense Style Questionnaire. *J. Nerv Ment Dis* 1993 ; 181 : 246-256.
- BOND M. The development and properties of the Defense Style Questionnaire. In Conte H.R. et Plutchik R. *Ego Defenses : theory and measurements*, NY, John Wiley and Sons Inc, 1995.
- BOUVARD M. Questionnaire abrégé des schémas de Young. In M. BOUVARD. *Questionnaires et échelles d'évaluation de la personnalité*, Paris, Masson, 1999.
- BRUCHON-SCHWEITZER M. *Psychologie de la santé*, Dunod, 2002.
- CRAMER P. The development of defense mechanisms. *Journal of Personality* 1987 ; 55 : 597-614.
- CRAMER P. The development of defense mechanisms : Theory, research and assessment. New York : Springer-Verlag, 1990.
- CRAMER P. Coping and defense mechanisms : what's the difference? *Journal of Personality* 1998 ; 66 : 919-946.
- CRAMER Ph. (2000). Defense mechanisms in psychology today. Further processes for adaptation. *American Psychologist* 2000 ; 55 : 637-646.
- FREUD A. *Le moi et les mécanismes de défense*, P.U.F., 1936.
- FREUD S. *Les psychonévroses de défense*, P.U.F., 1894.
- GUELFI JD, HATEM N, DAMY E, CORRUBLE E. Intérêt du Défense Style Questionnaire (DSQ) sur les mécanismes de défense. *Société Médico - Psychologique* 2000 ; 158 : 594-601.
- GRAZIANI P, RUSINEK S, SERVANT D, HAUTEKEETE-SENCE D, HAUTEKEETE M. Validation française du questionnaire de coping « Ways of Coping Check-List - Revised » (W. C. C-R) et analyse des événements stressants du quotidien. *Journal des Thérapies Comportementales et Cognitives* 1998 ; 8 : 100-112.
- HOLLON SD, BECK AT. Cognitive Therapy of Depression. In P. C KENDALL and S.D. HOLLON. *Cognitive Behavior Interventions : Theory, Research and Procedures*, New York, NY, USA : Academic Press, INC, 1995 : 153-203.
- LAZARUS RS. Toward better research on stress and coping. *American Psychologist* 2000 ; 55 : 665-673.
- LAZARUS RS, FOLKMAN S. *Stress, appraisal and Coping*, New York, Springer, 1984.
- PLUTCHIK R. *Ego Defenses : Theory and measurements*, New York, John Wiley and Sons Inc, 1995.
- PLUTCHIK R. *Emotions in the practice of psychotherapy : Clinical implications of affect theories*, APA, Washington DC, 2000.
- RUSINEK S. Étude des schémas précoces chez des adultes et des enfants anxieux. *Revue francophone de clinique comportementale et cognitive* 1999 ; 3 : 15-24.
- VAILLANT GE, BOND M, FREUD, VAILLANT CO. An empirically validated hierarchy of defense mechanisms. *Archives of General Psychiatry* 1986 ; 43 : 786-794.