



Les candidats doivent remplir cette page puis remettre cette chemise accompagnée de la version finale de leur mémoire à leur superviseur.

Numéro de session du candidat

Nom du candidat

Code de l'établissement

Nom de l'établissement

Sessions d'examens (mai ou novembre)

MAI

Année

2013

Matière du Programme du diplôme dans laquelle ce mémoire est inscrit : PSYCHOLOGIE

(Dans le cas d'un mémoire de langue, précisez la langue et s'il s'agit du groupe 1 ou 2.)

Titre du mémoire : LES MÉCANISMES DE DÉFENSE
OBSERVABLES CHEZ LES ADOLESCENTS

Déclaration du candidat

Cette déclaration doit être signée par le candidat, sans quoi aucune note finale ne pourra être attribuée.

Le mémoire ci-joint est le fruit de mon travail personnel (mis à part les conseils permis par le Baccalauréat International que j'ai pu recevoir).

J'ai signalé tous les emprunts d'idées, d'éléments graphiques ou de paroles, qu'ils aient été communiqués originellement par écrit, visuellement ou oralement.

Je suis conscient que la longueur maximale fixée pour les mémoires est de 4 000 mots et que les examinateurs ne sont pas tenus de lire au-delà de cette limite.

Ceci est la version finale de mon mémoire.

Signature du candidat :

Date :

Rapport et déclaration du superviseur.

Le superviseur doit remplir ce rapport, signer la déclaration et remettre au coordonnateur du Programme du diplôme la version définitive du mémoire dans la présente chemise.

Nom du superviseur [en CAPITALES]

Le cas échéant, veuillez décrire le travail du candidat, le contexte dans lequel il a entrepris sa recherche, les difficultés rencontrées et sa façon de les surmonter (voir les pages 13 et 14 du guide Le mémoire). L'entretien de conclusion (ou soutenance) pourra s'avérer utile pour cette tâche. Les remarques du superviseur peuvent aider l'examineur à attribuer un niveau pour le critère K (évaluation globale). Ne faites aucun commentaire sur les circonstances personnelles défavorables qui auraient pu affecter le candidat. Si le temps passé avec le candidat est égal à zéro, vous devrez l'expliquer et indiquer comment il vous a été possible de vérifier que le mémoire était bien le fruit du travail du candidat en question. Vous pouvez joindre une feuille supplémentaire si l'espace fourni ci-après est insuffisant.

Le travail de l'élève démontre une très bonne connaissance et compréhension du sujet de recherche. L'élève est habile à faire des liens avec le sujet à l'étude et ses propres expériences personnelles, ce qui donne beaucoup de crédibilité au produit final. De plus, cela démontre que l'élève participe à la réussite de son parcours académique. Les idées sont présentées avec clarté, logique et cohérence, ce qui en fait un travail agréable à lire. Par ses efforts, l'élève démontre de très grandes qualités d'organisation et d'analyse. L'emploi d'un vocabulaire riche, vient enrichir le contenu et la qualité d'analyse.

Cette déclaration doit être signée par le superviseur, sans quoi aucune note finale ne pourra être attribuée.

J'ai lu la version finale du mémoire qui sera envoyée à l'examineur.

À ma connaissance, le mémoire constitue le travail authentique du candidat.

J'ai consacré heures d'encadrement au candidat pour ce mémoire.

Signature du superviseur :

Date :

Formulaire d'évaluation (réservé à l'examinateur)

Niveau

Critères d'évaluation	L'examinateur 1	Max.	L'examinateur 2	Max.	L'examinateur 3
A Question de recherche	2	2	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>
B Introduction	2	2	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>
C Recherche	3	4	<input type="text"/>	4	<input type="text"/>
D Connaissance et compréhension du sujet étudié	3	4	<input type="text"/>	4	<input type="text"/>
E Raisonnement	4	4	<input type="text"/>	4	<input type="text"/>
F Utilisation des compétences d'analyse et d'évaluation adaptées à la matière	3	4	<input type="text"/>	4	<input type="text"/>
G Utilisation d'un langage adapté à la matière	4	4	<input type="text"/>	4	<input type="text"/>
H Conclusion	2	2	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>
I Présentation formelle	4	4	<input type="text"/>	4	<input type="text"/>
J Résumé	2	2	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>
K Évaluation globale	3	4	<input type="text"/>	4	<input type="text"/>
Total sur 36	32		<input type="text"/>		<input type="text"/>

Mémoire

Psychologie

Les mécanismes de défense observables chez les adolescents

3978 mots

Résumé

Dans ce qui suit, la théorie de base psychanalytique est questionnée dans un contexte actualisé, exprimant d'ailleurs la fonction des mécanismes de défense sur les composantes de la conscience et du concept de soi d'une personne. Je précise d'abord comment les mécanismes de défense affectent la perception de soi chez les adolescents, par l'entremise d'une recherche analytique sur les facteurs psychologiques qui mènent à l'emploi subconscient ou à la provocation de ceux-ci et les résultats d'une conscience « défensive ». Également, l'observation critique de cas spécifiques a été effectuée dans le but de d'analyser l'utilisation de divers mécanismes de défense ciblés, leur effet sur la perception de soi de la personne examinée et les séquelles entraînées sur les aspects fondamentaux de l'identité. De ceci, une analyse du comportement troublé, des idées et des émotions altérées et de la perception sociale des adolescents est menée.

Ce mémoire présente une recherche psychanalytiquement focalisée sur les éléments psychologiques pertinents à l'adolescent typique. Précisément, j'aborde la perception de soi générale de l'adolescent tout en discutant le système affectif d'un jeune en état de faible estime de soi, explorant également la crise d'identité. D'abord, j'analyse l'influence des mécanismes de défense sur la perception de soi des adolescents par l'entremise d'une étude sur les changements comportementaux, le façonnement de leurs émotions et leurs idées et les formes d'influence sociale sur la formation d'identité. De ce fait, j'explore plusieurs situations fréquemment rencontrées lors de l'adolescence, notamment l'intimidation, l'embarras et des problèmes avec son image de soi. De ces cas spécifiques, je relève des mécanismes de défense pertinents à la circonstance, tels que le déni, la projection et même le refoulement, déduisant que ceux-ci ne protègent pas nécessairement notre perception de soi, mais peuvent mener à une impression trompeuse de nous-mêmes.

294 mots

Table des matières

Introduction.....	4
Les mécanismes de défense et les adolescents	5
Le comportement troublé	8
Les idées et les émotions sensibilisées.....	10
La perception sociale.....	12
Conclusion	14
Bibliographie.....	16

Introduction

« Plus de 65% des Nord-Américains prennent des médicaments d'ordonnance par jour, 43% prennent des prescriptions psychotropes régulièrement »¹. C'est ce que les recherches entreprises par le *Centre d'anxiété* énonce quant au nombre de preuves de troubles psychologiques croissant dans notre société. Pendant que ce dénombrement récent modèle une façon moderne de traiter des psychoses, la théorie de base, formulée par le psychanalyste Sigmund Freud, conteste ce traitement médicale : « [La psychanalyse] a commencé comme une tentative de donner un sens à toutes les subtilités, les paradoxes, les banalités et les obscurités du comportement et de l'expérience, à l'agitation et aux circonvolutions de l'émotion que Freud a rencontré à la fois dans son travail en tant que psychothérapeute et dans ses propres introspections »². C'est de cette pensée que découle la théorie des mécanismes de défense. Cependant, la théorie freudienne influente me laisse à évaluer la pertinence des avancements récents accomplis dans cette spécialité, créant autrement un brouillage quant à la connaissance en psychologie. Évidemment, la statistique ci-dessus s'oppose directement à la thèse freudienne, impliquant d'ailleurs que l'anxiété peut être contrôlée par des moyens médicaux et non par un processus psychologique d'impulsions, tel qu'il a été théorisé par Freud.

Pour analyser les implications des mécanismes de défense sur le développement individuel de la personne, il faut retourner au point critique dans la formation de l'identité : l'adolescence. Donc, en adoptant une approche analytique, je vais psychanalyser comment les mécanismes de défense affectent la perception de soi précisément chez les adolescents. De cette analyse j'offrirai une explication personnelle et ciblée, dans le but de mettre en relief la pertinence de leur effet sur l'adolescent dans un contexte actualisé. Similairement à Freud, je vais explorer mes expériences personnelles et accéder mes propres introspections afin d'aborder les divers facteurs de la perception de soi influencés par les mécanismes de défenses, notamment le comportement de l'adolescent, les idées et les émotions, ainsi que la perception sociale de soi-même.

¹ [ANONYME]. « Anxiety Statistics », *anxietycentre.com* , (<http://www.anxietycentre.com/anxiety-statistics-information.shtml>), consulté le 18 oct. 2012

² Richard Stevens, *Sigmund Freud: Shaper of the Unconscious Mind*, New York, PALGRAVE MACMILLIAN, 2008, p.15

Les mécanismes de défense et les adolescents

D'après les théories psychanalytiques formulées par Freud, les mécanismes de défenses opèrent normalement sur un niveau subconscient, servant de tactique pour faire face aux sentiments d'anxiété, de frustration ou de tension. Ainsi, en moment d'angoisse ou d'inquiétude, ceux-ci surviennent chez l'individu, dans le but de lui protéger de ces sentiments de détresse³. Plus tard développés par sa fille, Anna Freud, les mécanismes de défense sont des mesures involontaires employées par un individu pour se protéger ou affronter des émotions désagréables venant troubler la conscience de celui-ci⁴. Si nous analysons le sens de ce terme, *mécanismes de défense*, se référant à la définition fait par ces derniers psychanalystes, nous pouvons conclure que ces défenses surgissent au moment où le Surmoi est mis sous une contrainte morale. Subséquemment, un lien étroit se forme entre les composantes de la personnalité et ces défenses, ceci dit le Surmoi, le Moi et le Ça : « [Les mécanismes de défense sont] un processus de défense élaboré par le Moi sous pression du Surmoi et de la réalité extérieure qui permettent de lutter contre l'angoisse »⁵. La définition ci-contre nous démontre qu'il y a une certaine dépendance entre ces instances de la personnalité. Il faut donc une équilibre quelconque parmi le Moi, le Surmoi et le Ça afin d'atteindre une personnalité, dites, « normale ».

À travers les maints mécanismes de défense identifiés par Freud, il existe les défenses principales qui sont les plus fréquemment utilisés chez les humains, surtout parmi les jeunes. À prime abord, un des nombreux mécanismes employés qui sont observables chez les adolescents est le *déni*. D'après Kathleen Stassen Berger, professeur de psychologie de l'université de New York, le déni « est le mécanisme qui consiste à refuser de reconnaître une situation difficile ou une émotion douloureuse »⁶. D'ailleurs, j'ai témoigné plusieurs cas de déni chez mes proches, ce qui a conséquemment affecté la perception d'eux-mêmes. Par exemple, un des principes le plus valable à une amie fut la sobriété. Pour former une image positive d'elle-même et de s'assimiler parmi la clique populaire, Annie (nom fictif)⁷ s'est tournée vers la boisson. De ceci, elle cherchait à masquer son manque de confiance en soi et ses sentiments d'insécurité. Ainsi, lors de sa chute psychologique, pour protéger ses valeurs et sa perception

³ Anna Freud, *The Ego and the Mechanisms of Defence*, Londres, Karnac Books, 1992, p. 151

⁴ *Ibid.*

⁵ Margot Phaneuf, « Quelques mécanismes de défense observables chez nos étudiants », *Centre de ressources en soins infirmiers*,

(http://www.infirmiers.ca/ter/depotdocuments/Quelques_mecanismes_de_defense_observables_chez_nos_etudiants.pdf), consulté le 1^{er} juin 2012

⁶ Kathleen Stassen Berger, *Psychologie du développement*, Québec, Modulo Éditions, 2000, p. 28

⁷ L'identité des sujets/exemples demeure confidentielle, par l'utilisation d'un nom fictif.

d'elle-même, elle a déni sa dépendance alcoolique en remplaçant son intention abusive avec une intention de « s'amuser et de se détendre ». Nous voyons dans cet exemple classique de déni que ses valeurs sont compromises dans cette situation, ses valeurs jouant un grand rôle dans le développement du concept de soi-même. Dites, sa perception de soi a été influencée à cause son reflexe inconscient de dénier. De plus, nous voyons qu'en utilisant ce mécanisme de défense, elle a quelque-peu déformé la réalité de la situation, se convaincant ce qu'elle a fait est correcte et justifiable.

Étant moi-même une adolescente, qui se retrouve sur la voie de la maturité, j'ai rencontré certaines instances où j'ai employé des mécanismes de défense, afin de mieux m'intégrer parmi mes camarades. Le *refoulement* est un mécanisme de défense avec lequel je suis très familière. Ce dernier est d'abord connu comme la défense où l'individu en question réprime des pensées ou des besoins désagréables de son conscient en le repoussant vers son subconscient⁸. Par exemple, j'ai appris que j'employais ce mécanisme de défense suivant une présentation orale importante durant laquelle j'étais rendue muette. Conséquemment, cette gaffe a incité des sentiments d'embarras que j'ai tenté de masquer en bloquant ces pensées et en adoptant une attitude maussade et sarcastique lorsque le sujet de l'incident est revenu.

Le *déplacement* est un des nombreux mécanismes de défense que j'ai rencontré durant ma jeunesse, autrement connu comme une tactique qui consiste à diriger ou projeter notre colère ou frustration sur quelqu'un en raison d'une situation difficile⁹. L'intimidation est un cas typique de déplacement connu surtout chez les adolescents. En lien avec cet exemple, j'ai témoigné plusieurs situations semblables où l'intimidateur qui menaçait la victime, ouvertement homosexuelle, jetait sa propre frustration avec son homosexualité, qui était d'ailleurs inconnue à tous, afin d'affronter ses sentiments de confusion. Nous voyons que la victime n'avait aucun lien avec la colère de l'attaqueur, tout simplement la victime de ses sentiments refoulés.

Contrairement aux enfants ou aux adultes, les adolescents se retrouvent au sommet de leur maturité, se transformant graduellement en adultes. Ceci dit, les jeunes subissent plusieurs changements comportementaux, physiques et sociaux durant leur croissance vers la vie d'adulte. Ainsi, la perception de soi chez ces derniers diffère considérablement de celle des enfants et surtout celle des adultes. Pris dans cette étape de transition d'enfant à adulte, il arrive souvent que les adolescents éprouvent une *crise d'identité*, qui découle d'une réévaluation de son concept de soi. D'après le

⁸ Colin M. Bain et Jill S. Colyer, *Les visages de l'humanité*, Montréal, Les Éditions de la Chenelière, 2002, p. 17

⁹ *Ibid.*

psychologue Erik Erikson : « [...] d'un côté, les adolescents ont des attentes démesurément élevées envers eux-mêmes, tandis que de l'autre ils ressentent un faible concept de soi. Durant cette période, la plupart des jeunes vivent une baisse de leur estime de soi et de leur capacité à s'en sortir. C'est que le passage à une nouvelle identité crée un soi vulnérable, sujet à une panoplie d'idées noires. Ces sentiments négatifs sont cependant nécessaires au processus de formation de l'identité »¹⁰. Ainsi, nous constatons que la crise d'identité est essentielle et relativement commune quant au développement de leur concept de soi.

Toutefois, en ayant une faible estime de soi, les adolescents sont plus aptes à employer des mécanismes de défense pour de faire face à leurs doutes et leurs bouleversements d'attitudes¹¹. Alors, nous remarquons la relation directe entre cette exploration de l'identité avec les mécanismes de défense, sachant qu'ils jouent un rôle considérable dans le développement de l'individualité et la perception de soi.

¹⁰ *Ibid.*, p. 19

¹¹ Phebe Cramer, *The Development of Defense Mechanisms: Theory, Research and Assessment*, New York, Springer-Verlag, 1991, p. 256

Le comportement troublé

Tel qu'il a été mentionné ci-dessus, les jeunes rencontrent parfois des difficultés à définir leur identité. Il arrive parfois que ces derniers adaptent des pensées confuses, une humeur boudeuse ou même un réflexe sarcastique. Notre comportement est façonné par la façon dont les autres nous perçoivent et surtout la perception de nous-mêmes, jouant un rôle actif dans la formation de notre perception de soi. Chez les adolescents, le comportement est un aspect de leur individualité qui est fréquemment changé ou bouleversé. C'est où les mécanismes de défense entrent en jeu et commencent à affecter le comportement de l'adolescent.

Hannah (nom fictif) est une jeune étudiante persévérante qui était dédiée à ses études, cherchant toujours à atteindre son potentiel maximum. Elle passait son temps libre à organiser des rencontres pour son club de science. Elle était constamment reconnue pour son grand effort et pour son penchant académique. Par contre, elle se doute ; elle manque de la confiance en soi parce qu'elle est une victime de l'intimidation, surtout à cause de son intelligence extraordinaire. Par conséquent, elle commence à associer un sentiment négatif avec ses travaux d'école ; elle déduit que sa dévotion à ses études est la source de ses problèmes. Puis, lorsqu'elle me racontait de sa tristesse, j'ai remarqué qu'elle commençait à se rabaisser tout en blâmant ses travaux pour sa lutte interne. Voulant éviter les commentaires narquois de ses pairs et mieux s'intégrer parmi ces derniers, Hannah commence elle aussi d'abuser d'autres élèves de nature studieuse, semblable à son concept de soi actuel. Elle prend le rôle de ses intimidateurs elle-même, en harcelant des personnes avec lesquelles elle était autrefois amie.

En analysant le cas expliqué ci-dessus, nous pouvons premièrement déceler les multiples mécanismes de défense que Hannah a employée pour faire face à son angoisse. Le mot clé, « rabaisse », nous indique qu'elle fait semblant d'être inférieure intellectuellement, tout en négligeant ses capacités, afin de convaincre ses harceleurs qu'elle n'est pas un intellectuel en effet. En désavouant ceci, elle pratique ce qu'on appelle *l'autodépréciation*. Ce mécanisme la permet d'échapper le fait que son penchant, la chose qui la rend la plus heureuse, est maintenant la raison pour ses sentiments démoralisants. Nous voyons qu'au moment où un sentiment négatif est lié à une certaine caractéristique qui détermine sa conscience de soi, elle cible cet aspect de façon à ce que le mécanisme de défense se centre autour de ceci et son comportement change en relation avec cette particularité¹². Par conséquent, sa perspective sur cette dernière est considérablement transformée, que ce soit une

¹² Kenneth Gergen, *The Concept of Self*, New York, Holt, Rinehart and Winston, Inc. 1971, p. 85

opinion négative ou positive. En ce qui concerne cette nouvelle attitude dépréciative, son comportement est également modifié en correspondance avec le mécanisme qu'elle a employé. Nous remarquons que préalable au harcèlement, Hannah était plus dévouée, organisée et toujours occupée, constamment impliquée dans des affaires écolières. Par contre, en employant l'autodépréciation, nous constatons qu'elle devient plus lâche avec ses études et commence à dévaloriser l'école. Or, son comportement est complètement inversé par rapport à sa perception d'elle-même dorénavant. Si nous étudions la prochaine partie de l'exemple, nous voyons qu'elle assume le rôle d'intimidateur en retour, qui fut ironiquement la cause de ses problèmes. Ce mécanisme se nomme la *formation réactionnelle*, incitant un comportement qui s'oppose à ses motivations, à ses désirs et à ses émotions. Tout ce qui comprend sa personnalité, y compris ses pensées, ses émotions et surtout le comportement, sont altérés afin de s'échapper de ses intimidateurs. Ainsi, le fait qu'elle attaque des étudiants qui s'approchent de sa propre personnalité fait aussi preuve de *projection*, sachant qu'elle reconnaît des traits qu'elle partage avec ses victimes et qu'elle infériorise. Sur ce, nous remarquons que ces mécanismes enchaînent un comportement impropre et inhabituel chez Hannah. Ce dernier influence sa perception de soi vu que ses valeurs et ses désirs sont mis en question en face de son changement de comportement. Ceci est alors fait d'une manière à ce qu'il empêche son développement personnel. Donc, la répercussion de son comportement altéré, adoptant un rôle de tyran, indique son aliénation sociale et ses liens d'amitié rompus.

Si nous relient cette analyse à l'exemple du *déplacement* à la page cinq, nous pouvons lier celui-ci au cas de Hannah et extraire un parallèle entre les deux cas d'intimidation qui ont chacun sollicité différents mécanismes de défenses et comportements. D'abord, dans cet exemple, nous voyons que l'intimidateur adoptait un comportement agressif pour faire face à son homosexualité progressive mais cachée. En déplaçant sa honte sur un homosexuel ouvert, celui-ci relâche ses sentiments de déplaisance avec sa propre orientation sexuelle sur une autre personne. Son comportement est autrement dit, « défensif », et par conséquent ceci crée une contradiction entre son désaccord avec l'homosexualité et ses désirs sexuels. Ainsi, ce comportement inadapté peut empêcher ou soit brouiller sa perception de soi.

Les idées et les émotions sensibilisées

D'une approche holistique, les idées et les émotions constituent un fondement principal de notre concept de soi, qui sert ensuite à former la définition de soi d'un individu par rapport à un certain nombre de caractéristiques déterminant l'individualité. En analysant les composantes de la personnalité comme il l'a été mentionné dans les premières sections, ceci dit le Surmoi, le Moi et le Ça, nous pouvons acquérir une compréhension plus approfondie des effets des mécanismes de défense sur la formation des idées et des sentiments d'un adolescent. De cette manière, nous pouvons aussi comprendre comment la perception de soi d'un jeune peut être influencée par ces mécanismes de défense qui agissent auprès certains constituants du concept de soi.

Les mécanismes de défense affectent primordialement les composantes de la personnalité, précisément mentionnées ci-dessus. Dans ce cas-ci, nous allons focaliser notre analyse sur le *surmoi*, qui constitue la partie de l'inconscient qui nous incite à faire le bien, c'est-à-dire le lieu intérieur psychique où se trouve la notion du bien et du mal¹³. C'est la partie de la personnalité qui est la plus étroitement liée à notre perception de soi, d'ailleurs liée à notre conscience morale. Ceci se rattache à nos idéologies et nos valeurs, et englobe nos principes de moralité, tels que les règles, les obligations, les interdits parentaux et sociaux. Le surmoi guide la personne basé sur ce qui est défini comme socialement acceptable, aussi dirigé par les interdictions et les tabous établis par la réalité extérieure de la personne, ceci dit la société.

Chez les adolescents, la plupart de leurs idées et leurs croyances proviennent ou sont d'ailleurs influencées par des règles sociales. Sachant que nos idées, nos valeurs, nos forces, nos faiblesses, nos croyances, nos rêves et nos réalisations font tous partie du concept de soi, il y a une interrelation étroite entre le surmoi et le concept de soi, qui sont des facteurs qui affectent la façon dont nous nous distinguons. Les rêves, les goûts, les valeurs et tout autre aspect individuel sont souvent changés à cause du développement progressif de l'identité des adolescents. Tant que les mécanismes de défense protègent notre perception de soi, comme Freud le dit, ceux-ci peuvent aussi remplacer nos vraies idées et valeurs par d'autres qui n'appartiennent pas nécessairement à notre système de croyances réel.

Tel qu'il a mentionné, un grand composant de notre concept de soi comprend notre système moral et notre ensemble de croyances, qui bâtissent notre façon de prendre des décisions et former des

¹³ *ibid.*, p. 378

idées¹⁴. En liant l'exemple des problèmes alcoolisés d'Annie, analysé précédemment, au concept des idées et des émotions influencées, je peux facilement examiner l'effet du mécanisme de défense qu'elle a utilisé (déli) en relation avec sa perception de soi. Tout d'abord, Annie utilise la boisson comme un moyen de dissimuler l'image dévalorisante qu'elle fait d'elle-même, sur un plan subconscient. Conséquemment, le surmoi est compromis, sachant que son désir de boire et de se sentir inclut, contraint son désir de faire le bien. D'après mes observations, il est apparent que son opinion quant à la boisson est réformée lorsqu'elle est en un état de déli. En déliant qu'elle possède un problème alcoolique, elle forme une notion d'acceptation et de bienséance à la consommation excessive d'alcool.

En confondant le mal et le bien, ceci peut entraîner des répercussions nuisibles quant à la perception de soi d'Annie. Par conséquent, au lieu de fier sur une réaction affective, autrement dit ses émotions, pour prendre une décision, celle-ci est remplacée par une réaction plutôt désensibilisée. Ayant témoigné l'effet de l'alcool sur sa façon de penser, le fait d'avoir répété la consommation a transformé cette action en un agissement subconscient. Donc, ce mécanisme de défense a un effet néfaste, dans le sens qu'il déforme ses vraies idées et émotions. Ainsi, ceci nuit au développement de sa perception d'elle-même, sachant que ses idéologies ne s'accordent plus avec son système de valeurs, malgré qu'elle soit induite en erreur de croire que la boisson fait partie de ses priorités.

¹⁴ Kenneth Gergen, *The Concept of Self*, New York, Holt, Rinehart and Winston, Inc. 1971, p. 90

La perception sociale

L'influence sociale comprend une caractéristique qui forme la perception de soi d'un individu. Elle est également un des maints facteurs qui façonnent notre manière de penser et nos émotions, à travers un référentiel subliminal à nos relations avec d'autres individus. Ainsi, d'un côté, la perception qu'ait la société sur nous, contribue au développement de notre propre perception de soi. Tel qu'il a été mentionné auparavant, la connaissance de soi est un élément déterminant du concept de soi. En effet, le monde social impose une grande influence sur comment nous formons nos valeurs, nos préférences et nos désaccords.

La pression sociale est une facette de l'influence sociale pertinente au développement critique des adolescents. Un exemple contemporain d'idéologie diffusée et promue par les médias sociaux s'agit de l'acceptation sociale d'une bonne image physique. L'accent mis sur l'idée de demeurer physiquement attrayant, notamment l'image positive de soi, peut considérablement modifier le concept de soi, en s'attaquant directement à notre estime de soi, provoquant ainsi les mécanismes de défense. La relation entre l'estime de soi et la classe sociale, telle qu'une combinaison de l'état financière, de l'éducation, du matérialisme, et ainsi de suite, peut déterminer la différence entre une perception de soi favorable ou défavorable¹⁵. Sur un niveau psychanalytique, la plupart d'individus communs, surtout les adolescents qui éprouvent habituellement un faible estime de soi, compare ses attributs à celles d'autres personnes et déduit qu'est-ce qui les caractérise en tant qu'une personne. Donc, cette comparaison sociale permet à une personne de tirer des conclusions par rapport à sa propre personne.

L'influence de la société peut présenter une contrainte pour un individu quant à la détermination de soi, comme dans le cas de ma cousine, Laura (nom fictif). Laura, passionnée par le travail de mannequin, présentait des symptômes de tristesse en raison de son insatisfaction avec son image physique. Accompagnant ses sentiments de dépression, le poids de Laura fluctuait considérablement en un petit bout de temps. Il s'avère qu'elle développait un trouble d'alimentation, menant à un diagnostic subséquent d'anorexie. Durant sa lutte avec ses habitudes alimentaires, Laura a employé la *rationalisation* pour expliquer son comportement troublé. Ce mécanisme de défense subconscient « justifie » les sentiments controversés de Laura par un raisonnement logique. Par exemple, lorsque je l'ai interrogé sur sa soudaine perte de poids, elle m'a répondu en disant que celle-ci est due à ses nouvelles habitudes alimentaires plus saines. En vérité, Laura négligeait de manger

¹⁵ Jerome B Dusek, *Adolescent Development & Behavior*, New Jersey, Prentice Hall, 1996, p. 159

entièrement dans le but de paraître plus maigre, similairement à l'apparence physique des mannequins dans les médias. L'image du corps « idéal et parfaitement mince » générée par les médias sociaux l'a poussé à vouloir ressembler à cette apparence fabriquée, rationalisant que « c'est assez pour être mince. » Cette norme sociale est un aspect auquel Laura cherche à s'identifier, dans le sens qu'elle veut être acceptée et jugée positivement par d'autres personnes. Notamment, l'influence de la perception des autres sur nous-même peut mener à des répercussions dommageables, d'ailleurs démontré par ses problèmes de santé dus à cette dernière.

Un autre exemple démontrant comment l'affectation sociale suscite des défenses est celui de Will, un cas interprété dans le film *Will Hunting*, réalisé par Gus Van Sant¹⁶. Will est un exemple idéal d'un jeune adulte qui a du mal à trouver son identité et ainsi définir son concept de soi, en raison de l'influence sociale normative. Will, un concierge dans une université, possède une intelligence exceptionnelle pour les mathématiques et arrive à solutionner des questions rigoureuses avec succès, posées par le professeur universitaire en cachette. Par contre, il a été moqué par ses pairs d'un jeune âge pour son intelligence extraordinaire, similairement au cas de Hannah que j'ai mentionné dorénavant. Semblablement à Hannah, Will pratique l'autodépréciation qui résulte en son échec scolaire. L'utilisation de ce mécanisme de défense attache un sentiment négatif à sa faculté intellectuelle. Les conséquences de l'utilisation perpétuelle de ce mécanisme lui empêche d'atteindre son potentiel maximum. Donc, sa *connaissance de soi* est affectée dans le sens où il néglige son don, ses pensées, son esprit critique et tout ce qui constitue sa propre personne. La connaissance de soi est directement affiliée avec la question suivante : Qui suis-je en tant qu'humain ? Effectivement, Will serait incapable de répondre à cette question en vue de son refoulement intellectuel. Ainsi, quiconque qui pratique un mécanisme de défense compulsivement peut rester pris dans un état de crise identitaire. Il existe alors un lien entre les mécanismes de défense et notre développement de soi, surtout durant la transition d'adolescence à jeune adulte.

¹⁶ Gus Van Sant (réal.), *Good Will Hunting*, Miramax Films, 1997, DVD, 126 min

Conclusion

D'abord, il est possible de tirer une certaine conclusion par rapport à ce que j'ai observé dans tous les cas détaillés ci-dessus. En analysant chaque situation du quotidien présent chez des adolescents de diverses natures, je conclus que tant que la théorie de Freud énonce que les mécanismes de défense protègent notre perception de soi, il existe plusieurs exemples qui prouvent autrement. Certains mécanismes de défense sont efficaces à gérer l'anxiété et les sentiments d'inquiétude. Par contre, les mécanismes de défense peuvent être nuisibles lorsqu'ils déforment la réalité pour soulager les souffrances psychologiques, les remplaçant avec un sentiment positif. Également, l'utilisation des mécanismes de défense à un âge transitoire, tel que l'adolescence, peut se poursuivre lors de l'âge de jeune adulte démontré par l'exemple de Will (autodépréciation). Conséquemment, ces défenses affectent la façon dont nous nous percevons en entravant le développement de notre perception de soi

En examinant les divers facteurs qui influencent la perception de soi, j'ai pu établir une subjectivité envers l'effet que les mécanismes de défense présente sur la transformation du concept de soi. Par l'entremise d'une analyse sur le comportement « défensif » de l'adolescent, sur les idées et les émotions guidées par les défenses et l'influence de nos relations sociales sur notre perception de soi, j'ai pu relever les conséquences nuisibles face à l'emploi continuels des mécanismes de défense. Ainsi, le côté comportemental d'un adolescent est souvent altéré pour s'accorder avec le mécanisme utilisé, qui pourrait être préjudiciable si ceci prend la forme de reflexes sarcastiques or même une tendance subconsciemment violente. Il s'ensuit que le système de la pensée et le plan émotionnel de la personne peut être distordu et dévié de la réalité sous pression de mécanismes trop rigoureux ou cyclique. En outre, la comparaison sociale que l'adolescent fait de son propre portrait peut conséquemment imposer une fausse impression personnelle, lui poussant à vouloir accorder sa perception de soi avec celle de ceux qui l'entoure. C'est-à-dire que la perception de soi n'est plus une perception de soi-même lorsque les contraintes sociales dominant sa façon de voir, d'agir et de penser.

D'ailleurs, aujourd'hui les ordonnances médicales, tels que les antidépresseurs ou les médicaments de stress, sont supposément utilisées pour contrôler les sentiments systématiquement anxieux ou dépressifs. De ce fait, au fur et à mesure que ces avancements médicaux viennent remplacer la fonction des mécanismes de défense, le comportement et l'affectation sociale d'un individu peuvent être traités avec invariabilité, contrecarrant par conséquent la source de notre comportement, notre identité et notre perception de soi : nos émotions. Ceci laisse alors entendre que nous sommes des êtres

qui évoluons fondamentalement sur un plan émotionnel et primitif, dirigés par nos réactions et nos impulsions affectives.

3978 mots

Bibliographie

- [ANONYME]. « Anxiety Statistics », *anxietycentre.com*,
(<http://www.anxietycentre.com/anxiety-statistics-information.shtml>), consulté le 18 octobre 2012.
- BAIN, Colin M. et Jill S. COLYER. *Les visages de l'humanité*, Montréal, Les Éditions de la Chenelière, 2002, 394p.
- BERGER, Kathleen Stassen. *Psychologie du développement*, Québec, Modulo Éditions, 2000, 540p.
- CRAMER, Phebe. *The Development of Defense Mechanisms: Theory, Research and Assessment*, New York, Springer-Verlag, 1991, 338p.
- DUSEK, Jerome B. *Adolescent Development & Behavior*, New Jersey, Prentice Hall, 1996, 460p.
- FREUD, Anna. *The Ego and the Mechanisms of Defence*, Londres, Karnac Books, 1992, 208p.
- GERGEN, Kenneth. *The Concept of Self*, New York, Holt, Rinehart and Winston, Inc. 1971, 110p.
- PHANEUF, Margot. « Quelques mécanismes de défense observables chez nos étudiants », *Centre de ressources en soins infirmiers*,
([http://www.infiressources.ca/fer/depotdocuments/Quelques mecanismes de defense observables chez nos etudiants.pdf](http://www.infiressources.ca/fer/depotdocuments/Quelques_mecanismes_de_defense_observables_chez_nos_etudiants.pdf)), consulté le 1^{er} juin 2012.
- STEVENS, Richard. *Sigmund Freud: Shaper of the Unconscious Mind*, New York, PALGRAVE MACMILLIAN, 2008, 200p.
- SANT, Gus Van (réal.). *Good Will Hunting*, Miramax Films, 1997, DVD, 126 min.