

Peur, anxiété, angoisse : les différences

Pas facile de décrire ce sentiment de malaise qui nous envahit parfois. Peur, angoisse, anxiété... Il s'agit souvent de la même émotion mais ressentie à un degré différent selon le contexte. Explications.

Peur, angoisse et anxiété : définitions

- La peur est une émotion forte et intense que l'on ressent en présence d'un danger plus ou moins immédiat...
- L'anxiété est une émotion vague de malaise, qui se traduit par un état d'appréhension, de détresse plus ou moins intense, de nervosité...
- L'angoisse est une émotion ponctuelle et survient souvent sous forme de crise, alors que l'anxiété peut être de nature plus chronique...

Comment vaincre l'angoisse ?

Conseils d'expert et dossiers pour vaincre les angoisses les plus fréquentes.

- [L'angoisse de l'accouchement](#)
- [La peur des araignées et des serpents](#)
- [Vaincre son angoisse de l'avion](#)
- [Test sexe : l'angoisse de la performance](#)
- [Test : Comment oser quand on a peur ?](#)
- [Les médecines douces contre l'angoisse](#)

L'angoisse chez l'enfant

Petit tour d'horizon des principales angoisses enfantines.

- [Les angoisses nocturnes des enfants](#)
- [L'angoisse de l'entrée en maternelle](#)
- [Enfant : l'angoisse de la séparation](#)
- [L'angoisse du 8^e mois](#)
- [Cauchemars et peur du noir chez l'enfant](#)
- [Les massages pour calmer l'angoisse de la séparation](#)

Les angoisses masculines

Dans quels cas un homme ressent-il de l'angoisse ? On vous aide à mieux le comprendre.

- [L'homme et l'angoisse de l'engagement](#)
- [L'angoisse d'exprimer ses sentiments](#)
- [L'angoisse de l'impuissance](#)