



## **DE L'INHIBITION SOCIALE À L'ANXIÉTÉ SOCIALE**

par Frédéric Ganget  
Psychiatre, psychothérapeute

La gamme des inhibitions reflète des troubles qui n'ont pas la même gravité, allant de la simple gêne à la phobie sociale inquiétante en passant par la timidité. La distinction entre l'inhibition sociale et l'anxiété sociale est ici éclairante pour différencier les registres. S'il n'y a pas de rupture entre le normal et le pathologique dans le domaine de l'inhibition, reste que le diagnostic différentiel...

1. Définitions, historique
2.
  1. Définitions de l'inhibition
  2. L'inhibition en psychologie et en psychiatrie
  3. La définition de l'inhibition sociale
  4. Les définitions de l'anxiété sociale
  5. Historique de l'inhibition sociale et de l'anxiété sociale
3. Les mécanismes de l'inhibition et de l'anxiété sociale
4. De l'inhibition sociale à l'anxiété sociale pathologique
5.
  1. L'inhibition sociale adaptative
  2. L'anxiété sociale
  3. Du normal au pathologique : un continuum
6. Diagnostic différentiel et troubles associés
7. L'évolution de l'anxiété sociale au long cours
8. La psychothérapie de l'anxiété sociale
9. En conclusion