

LE MECANISME DE DEFENSE – L'ANTICIPATION
Henri Chabrol
Dans Recherche en soins infirmiers 2005/3 (N° 82)

L'anticipation

L'anticipation est décrite dans le DSM-IV comme une réponse « aux conflits émotionnels ou aux facteurs de stress internes ou externes en éprouvant les réactions émotionnelles par avance ou en anticipant les conséquences d'un possible événement futur et en envisageant les réponses ou solutions alternatives réalistes » (DSM-IV, p. 755).

L'anticipation, mécanisme adaptatif, reste réaliste et est à distinguer de l'anticipation anxieuse où le sujet éprouve une anxiété importante qui est renforcée par des pensées exagérant les difficultés. Cette anticipation anxieuse, loin de préparer le sujet à affronter la situation, peut entraîner des réponses dysfonctionnelles comme une attitude d'évitement.

A lire aussi le document complet : LES MECANISMES DE DEFENSE