

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

La sublimation

La sublimation canalise « des sentiments ou des impulsions potentiellement inadaptés vers des comportements socialement acceptables (ex : les sports de contact pour canaliser des accès impulsifs de colère) » (DSM-IV). La sublimation permet aussi de transformer le déplaisir lié à l'impossibilité de décharger la pulsion en plaisir. Cette définition propose un double élargissement de la conception classique de Freud pour qui la sublimation concernait la dérivation de la pulsion sexuelle vers des buts non sexuels socialement valorisés, principalement l'activité artistique et l'investigation ou la création intellectuelle. La définition du DSM-IV étend clairement la sublimation à l'agressivité et élargit l'expression de la sublimation aux activités positives de la vie quotidienne. La sublimation permet également de lutter contre les affects dépressifs.